

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyd. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogenergetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )
II SN				Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Hummus z ciecierzycy 50 g Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g
Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Fasolowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Klopsik drobiowy z udzca 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Klopsik drobiowy z udzca 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Klopsik drobiowy z udzca 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Klopsik drobiowy z udzca 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Klopsik drobiowy z udzca 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Klopsik drobiowy z udzca 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Klopsik drobiowy z udzca 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sznypak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</b> )		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
PN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ</b> ) Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ</b> ) Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ</b> ) Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ</b> ) Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ</b> ) Rzodkiew biała 50 g
	Wartość energetyczna: 2408.91 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 74.46 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 368.99 g; W tym cukry: 55.99 g; Błonnik pok.: 35.78 g; Sól: 11.10 g;	Wartość energetyczna: 2375.48 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; Tłuszcz: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 361.49 g; W tym cukry: 59.55 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 9.24 g;	Wartość energetyczna: 2306.75 kcal; Białko ogółem: 114.89 g; Tłuszcz: 62.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.00 g; Węglowodany ogółem: 362.81 g; W tym cukry: 59.79 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 10.53 g;	Wartość energetyczna: 2771.01 kcal; Białko ogółem: 122.71 g; Tłuszcz: 99.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 375.62 g; W tym cukry: 72.37 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 10.63 g;	Wartość energetyczna: 2707.61 kcal; Białko ogółem: 114.31 g; Tłuszcz: 99.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 375.62 g; W tym cukry: 72.37 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 10.63 g;	Wartość energetyczna: 2463.97 kcal; Białko ogółem: 114.31 g; Tłuszcz: 83.59 g; Kw. tł. nasy.: 17.63 g; Węglowodany ogółem: 364.52 g; W tym cukry: 22.92 g; Błonnik pok.: 54.30 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 2591.06 kcal; Białko ogółem: 114.31 g; Tłuszcz: 82.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 364.40 g; W tym cukry: 38.24 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sól: 11.61 g;	Wartość energetyczna: 2420.96 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 80.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 356.89 g; W tym cukry: 50.79 g; Błonnik pok.: 47.43 g; Sól: 12.16 g;	Wartość energetyczna: 1759.51 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 61.18 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 326.89 g; W tym cukry: 38.16 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 10.29 g;	Wartość energetyczna: 2775.33 kcal; Białko ogółem: 114.65 g; Tłuszcz: 81.16 g; Kw. tł. nasy.: 38.59 g; Węglowodany ogółem: 423.11 g; W tym cukry: 60.07 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sól: 11.97 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
		II SN			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w ostionce niejadalnej 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w ostionce niejadalnej 30 g Stupki z marchewki 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w ostionce niejadalnej 30 g Pomidor 50 g		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane 100 g Sos meksykański 80 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sypko 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )						Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</b> )
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z rzodkwi iczarnuszki 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g ( <b>SEL</b> ) Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g ( <b>SEL</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z rzodkwi iczarnuszki 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z rzodkwi iczarnuszki 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z rzodkwi iczarnuszki 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z rzodkwi iczarnuszki 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z rzodkwi iczarnuszki 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z rzodkwi iczarnuszki 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe 30 g Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		
		Wartość energetyczna: 2338.09 kcal; Białko ogółem: 110.20 g; Tłuszcz: 79.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 322.56 g; W tym cukry: 55.70 g; Błonnik pok.: 37.79 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2317.47 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.41 g; Węglowodany ogółem: 324.59 g; W tym cukry: 54.35 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2311.07 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kw. tł. nasy.: 33.60 g; Węglowodany ogółem: 363.36 g; W tym cukry: 61.35 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2496.43 kcal; Białko ogółem: 118.47 g; Tłuszcz: 86.44 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; Węglowodany ogółem: 350.23 g; W tym cukry: 62.46 g; Błonnik pok.: 49.55 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2331.58 kcal; Białko ogółem: 106.67 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.74 g; Węglowodany ogółem: 345.51 g; W tym cukry: 39.81 g; Błonnik pok.: 49.57 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2513.09 kcal; Białko ogółem: 118.77 g; Tłuszcz: 74.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 362.51 g; W tym cukry: 63.64 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 2249.52 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 81.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.80 g; Węglowodany ogółem: 304.62 g; W tym cukry: 52.52 g; Błonnik pok.: 42.26 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 1914.11 kcal; Białko ogółem: 93.24 g; Tłuszcz: 74.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 249.41 g; W tym cukry: 38.52 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2608.08 kcal; Białko ogółem: 124.62 g; Tłuszcz: 78.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 376.61 g; W tym cukry: 63.20 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 7.85 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wedzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wedzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wedzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wedzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wedzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wedzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wedzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wedzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wedzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wedzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II SN				Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (MLE.) Pomidor 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.)
Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE.)						Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE.)
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Brokół gotowany* 100 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Brokół gotowany* 100 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
PN		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (MLE.) Szynkaszkolna- wp, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (MLE.) Pomidor 50 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkaszkolna- wp, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Rzodkiew biała 50 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2010.53 kcal; Białko ogółem: 84.74 g; Tłuszcz: 56.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 316.71 g; W tym cukry: 52.15 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2067.90 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz: 56.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 320.32 g; W tym cukry: 55.23 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2070.43 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 57.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 320.63 g; W tym cukry: 79.96 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 7.00 g;	Wartość energetyczna: 2024.58 kcal; Białko ogółem: 101.31 g; Tłuszcz: 71.60 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 379.22 g; W tym cukry: 79.96 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2148.97 kcal; Białko ogółem: 101.31 g; Tłuszcz: 67.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; Węglowodany ogółem: 328.60 g; W tym cukry: 27.52 g; Błonnik pok.: 43.72 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2068.66 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 57.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.74 g; Węglowodany ogółem: 334.03 g; W tym cukry: 27.52 g; Błonnik pok.: 46.21 g; Sól: 9.86 g;	Wartość energetyczna: 2294.50 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; Węglowodany ogółem: 334.03 g; W tym cukry: 30.51 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2024.78 kcal; Białko ogółem: 83.91 g; Tłuszcz: 60.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 317.60 g; W tym cukry: 53.96 g; Błonnik pok.: 38.19 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 1734.65 kcal; Białko ogółem: 77.67 g; Tłuszcz: 56.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 265.21 g; W tym cukry: 30.27 g; Błonnik pok.: 37.25 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2441.57 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 374.28 g; W tym cukry: 77.17 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sól: 7.58 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezzmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Sałatka zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Sałatka zielona 10 g Sałatka zielona z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Sałatka zielona 10 g Sałatka zielona z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Sałatka zielona 10 g Sałatka pszenna długa krojona 300 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa Extra- wędzonka wędzona z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Słupki z marchewki 50 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko 150 g Sałatka zielona 10 g Sałatka zielona z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Dyńa z wody 100 g Sałatka zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Sałatka zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Sałatka zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Sałatka zielona 10 g Sałatka zielona z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> )
II SN				Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa Extra- wędzonka wędzona z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa Extra- wędzonka wędzona z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmieńne z mięsem wierzbowym i warzywami* 300 g ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmieńne z mięsem wierzbowym i warzywami* 300 g ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmieńne z mięsem wierzbowym i warzywami* 300 g ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmieńne z mięsem wierzbowym i warzywami* 300 g ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmieńne z mięsem wierzbowym i warzywami* 300 g ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmieńne z mięsem wierzbowym i warzywami* 300 g ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza gryczana 180 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmieńne z mięsem wierzbowym i warzywami* 300 g ( <b>SEL, GLU, JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany 30 g						Biskopki 30 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.</b> )	
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa* 150 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałatka zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sałatka zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sałatka zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sałatka zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Sałatka zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Sałatka zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sałatka zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sałatka zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sałatka zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
PN	Mini serniczki z mussem malinowym b/c+ 150 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )		Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Łopatka zboźnicza wierzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Mini serniczki z mussem malinowym b/c+ 150 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonek niejadalnej 30 g Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatka zboźnicza wierzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g	Mini serniczki z mussem malinowym b/c+ 150 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )			
	Wartość energetyczna: 2576.62 kcal; Białko ogółem: 109.96 g; Tłuszcz: 91.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 353.24 g; W tym cukry: 74.94 g; Błonnik pok.: 38.24 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2487.40 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 75.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 353.21 g; W tym cukry: 75.41 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2481.00 kcal; Białko ogółem: 114.47 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw. tł. nasy.: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 353.15 g; W tym cukry: 75.35 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2822.84 kcal; Białko ogółem: 127.76 g; Tłuszcz: 83.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 413.06 g; W tym cukry: 77.86 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 2399.36 kcal; Białko ogółem: 115.27 g; Tłuszcz: 82.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.68 g; Węglowodany ogółem: 332.54 g; W tym cukry: 59.18 g; Błonnik pok.: 44.65 g; Sól: 9.77 g;	Wartość energetyczna: 2361.76 kcal; Białko ogółem: 104.42 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.72 g; Węglowodany ogółem: 351.04 g; W tym cukry: 38.29 g; Błonnik pok.: 49.13 g; Sól: 10.24 g;	Wartość energetyczna: 2414.54 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 74.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 354.44 g; W tym cukry: 39.43 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 11.59 g;	Wartość energetyczna: 2431.79 kcal; Białko ogółem: 130.78 g; Tłuszcz: 75.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 337.93 g; W tym cukry: 73.57 g; Błonnik pok.: 39.07 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2036.26 kcal; Białko ogółem: 111.43 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.62 g; W tym cukry: 60.77 g; Błonnik pok.: 33.14 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2665.20 kcal; Białko ogółem: 123.38 g; Tłuszcz: 80.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 384.70 g; W tym cukry: 90.53 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sól: 7.68 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa
Smadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Lopatka zbojnicka wiewprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z brokuła 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Lopatka zbojnicka wiewprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Lopatka zbojnicka wiewprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚN				Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Benedyktyński wiewprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>SOJ</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Hummus z ciecierzycy 50 g Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Hummus z ciecierzycy 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Benedyktyński wiewprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>SOJ</b> ) Cukinia pieczona z olejem* 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab Benedyktyński wiewprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>SOJ</b> )
Obiad	Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )						Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt drobiowy grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek kiszony 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> ) Rzepa biała 50 g			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2022.51 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz: 69.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 281.73 g; W tym cukry: 52.07 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2001.34 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 279.75 g; W tym cukry: 52.07 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 1899.74 kcal; Białko ogółem: 91.15 g; Tłuszcz: 53.23 g; Kw. tł. nasy.: 14.83 g; Węglowodany ogółem: 279.78 g; W tym cukry: 51.89 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2357.89 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 73.65 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 334.66 g; W tym cukry: 65.55 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2183.79 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 82.33 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; Węglowodany ogółem: 298.36 g; W tym cukry: 28.67 g; Błonnik pok.: 42.49 g; Sól: 9.12 g;	Wartość energetyczna: 2117.47 kcal; Białko ogółem: 96.21 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 15.71 g; Węglowodany ogółem: 309.87 g; W tym cukry: 25.94 g; Błonnik pok.: 44.36 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2075.44 kcal; Białko ogółem: 102.75 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 15.84 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; W tym cukry: 26.15 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 1944.52 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 211.06 g; W tym cukry: 39.86 g; Błonnik pok.: 28.55 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 1581.96 kcal; Białko ogółem: 78.24 g; Tłuszcz: 59.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 211.06 g; W tym cukry: 39.86 g; Błonnik pok.: 22.43 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2373.06 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 80.70 g; Kw. tł. nasy.: 36.26 g; Węglowodany ogółem: 316.94 g; W tym cukry: 53.04 g; Błonnik pok.: 22.43 g; Sól: 7.37 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zolądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa
Śniadanie	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Mandarynka 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300ml ( <b>MLE.</b> )	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300ml ( <b>MLE.</b> )	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Mandarynka 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II SN				Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> )	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE, PSZ.</b> ) Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt białkowy, drobny, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 50 g Twarożek z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> )
Obiad	Koperkowa z ryżem* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza bulgur 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Koperkowa z ryżem* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Koperkowa z ryżem* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Koperkowa z ryżem* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza bulgur 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL, PSZ.</b> ) Kasza bulgur 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL, PSZ.</b> ) Kasza bulgur 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem ( <b>SEL, PSZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza bulgur 180 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL, PSZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )						Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
Kolejnia	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet soczewicy* 100 g ( <b>JAJ.</b> ) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z soczewicy 100 g ( <b>JAJ.</b> ) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z soczewicy* 100 g ( <b>JAJ.</b> ) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300ml
PN	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 5 g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2447.33 kcal; Białko ogółem: 124.79 g; Tłuszcz: 70.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 355.34 g; W tym cukry: 64.79 g; Błonnik pok.: 36.80 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2102.16 kcal; Białko ogółem: 115.44 g; Tłuszcz: 55.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 302.89 g; W tym cukry: 63.73 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 1934.88 kcal; Białko ogółem: 108.63 g; Tłuszcz: 47.96 g; Kw. tł. nasy.: 14.06 g; Węglowodany ogółem: 284.71 g; W tym cukry: 49.94 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2267.10 kcal; Białko ogółem: 127.72 g; Tłuszcz: 69.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 325.89 g; W tym cukry: 58.79 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2353.38 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz: 69.25 g; Kw. tł. nasy.: 15.03 g; Węglowodany ogółem: 357.30 g; W tym cukry: 55.30 g; Błonnik pok.: 44.77 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2389.60 kcal; Białko ogółem: 123.65 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 14.78 g; Węglowodany ogółem: 368.70 g; W tym cukry: 35.02 g; Błonnik pok.: 47.83 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2091.00 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 66.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 311.53 g; W tym cukry: 41.92 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 10.34 g;	Wartość energetyczna: 2324.01 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. nasy.: 16.53 g; Węglowodany ogółem: 355.91 g; W tym cukry: 49.13 g; Błonnik pok.: 44.91 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 1868.38 kcal; Białko ogółem: 86.58 g; Tłuszcz: 59.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 285.91 g; W tym cukry: 36.08 g; Błonnik pok.: 42.40 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2427.98 kcal; Białko ogółem: 134.40 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 343.91 g; W tym cukry: 72.52 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 9.47 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa
Sniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Rozszonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Rozszonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Rozszonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Rozszonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Rozszonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Rozszonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Rozszonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Rozszonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Rozszonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Rozszonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Płatki owsiane 10 g ( <b>GLU OW</b> )		Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Płatki owsiane 10 g ( <b>GLU OW</b> )		Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <b>SEL</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> )	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <b>SEL</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )						
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu waniliowa 100 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu waniliowa 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu waniliowa 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu waniliowa 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% o zaw.80% tł 15 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu waniliowa 100 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu waniliowa 100 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu waniliowa 100 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
	PN	Chalka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Wafle ryżowe 30 g Jabłko 150 g	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt ( <b>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ</b> ) Wafle ryżowe 30 g Jabłko 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka skorzona- wp. parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Pomidor 50 g	Chalka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )		
	Wartość energetyczna: 2038.40 kcal; Białko ogółem: 102.87 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 296.07 g; W tym cukry: 43.29 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2067.59 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 60.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 291.94 g; W tym cukry: 39.86 g; Błonnik pok.: 20.95 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2046.76 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 300.97 g; W tym cukry: 43.30 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2349.54 kcal; Białko ogółem: 116.24 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 32.53 g; Węglowodany ogółem: 340.30 g; W tym cukry: 50.57 g; Błonnik pok.: 24.72 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2155.32 kcal; Białko ogółem: 114.20 g; Tłuszcz: 68.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 308.42 g; W tym cukry: 45.18 g; Błonnik pok.: 38.28 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2134.40 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz: 60.98 g; Kw. tł. nasy.: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 334.63 g; W tym cukry: 49.32 g; Błonnik pok.: 41.89 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2083.45 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 60.00 g; Kw. tł. nasy.: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 302.54 g; W tym cukry: 45.01 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 1912.91 kcal; Białko ogółem: 95.63 g; Tłuszcz: 56.71 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 289.48 g; W tym cukry: 45.25 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 1620.69 kcal; Białko ogółem: 82.37 g; Tłuszcz: 51.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 237.09 g; W tym cukry: 32.28 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2353.97 kcal; Białko ogółem: 120.09 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 331.26 g; W tym cukry: 46.47 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sól: 8.76 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Dymna z wody 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Dymna z wody 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Rzodkiew biała plastyry 100 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ, SEL, GOR.</b> ) Rzodkiew biała plastyry 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )
II ŚN				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE, PSZ.</b> ) Płatki pszenne 10g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko 150 g Płatki pszenne 10g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE, PSZ.</b> ) Płatki pszenne 10g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE, PSZ.</b> )
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kluski leniwe z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</b> ) Sos jogurtowo-porczkowy* 60 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z selerai marchwi z olejem (b/c 200 g ( <b>SEL, SEZ.</b> ) Surówka z selerai i marchwi z olejem (b/c 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kluski leniwe z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porczkowy* 60 g ( <b>MLE.</b> )	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kluski leniwe z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</b> ) Mus z jabłek (b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porczkowy* 60 g ( <b>MLE.</b> )	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Pulpet mięsno-warzynny* (wiewprzowy) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z selerai i marchwi z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Pulpet mięsno-warzynny* (wiewprzowy) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selerai i marchwi z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet mięsno-warzynny* (wiewprzowy) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z selerai i marchwi z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet mięsno-warzynny* (wiewprzowy) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z selerai i marchwi z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet mięsno-warzynny* (wiewprzowy) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kluski leniwe z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</b> ) Surówka z selerai i marchwi z olejem (b/c 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kluski leniwe z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</b> ) Surówka z selerai i marchwi z olejem (b/c 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Chrupki kukurydziane 20 g						Chrupki kukurydziane 20 g
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Roszponka 10 g Ogórek kiszony 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g
PN			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
	Wartość energetyczna: 2557.60 kcal; Białko ogółem: 97.61 g; Tłuszcz: 91.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 386.42 g; W tym cukry: 76.92 g; Błonnik pok.: 37.69 g; Sól: 11.01 g;	Wartość energetyczna: 2544.63 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 82.79 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 370.14 g; W tym cukry: 79.33 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2420.19 kcal; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz: 64.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 320.22 g; W tym cukry: 67.82 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2560.76 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 91.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 336.23 g; W tym cukry: 52.31 g; Błonnik pok.: 49.27 g; Sól: 10.72 g;	Wartość energetyczna: 2419.15 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 91.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 336.23 g; W tym cukry: 52.31 g; Błonnik pok.: 49.27 g; Sól: 10.72 g;	Wartość energetyczna: 2316.98 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 85.53 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 336.80 g; W tym cukry: 51.72 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 2445.14 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 316.59 g; W tym cukry: 46.12 g; Błonnik pok.: 44.03 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 2159.29 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 73.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 327.61 g; W tym cukry: 32.39 g; Błonnik pok.: 37.20 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 1864.93 kcal; Białko ogółem: 81.16 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 327.61 g; W tym cukry: 32.39 g; Błonnik pok.: 37.20 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2692.23 kcal; Białko ogółem: 106.00 g; Tłuszcz: 86.39 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 392.97 g; W tym cukry: 79.33 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 8.57 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobud. wydz. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogenergetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa
Sniadanie	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2,0% tł 150g, 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Łopatką zbożnicza wieprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Łopatką zbożnicza wieprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałata zielona 5 g
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 80ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Surówka z rzepy, jabolka i marchewki z olejem ( ) 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 80ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Surówka z rzepy, jabolka i marchewki z olejem ( ) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 80ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Surówka z rzepy, jabolka i marchewki z olejem ( ) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 80ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Surówka z rzepy, jabolka i marchewki z olejem ( ) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 80ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Surówka z rzepy, jabolka i marchewki z olejem ( ) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 80ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Surówka z rzepy, jabolka i marchewki z olejem ( ) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 80ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Surówka z rzepy, jabolka i marchewki z olejem ( ) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 80ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Surówka z rzepy, jabolka i marchewki z olejem ( ) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 80ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Surówka z rzepy, jabolka i marchewki z olejem ( ) 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )						Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ</b> )
Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet rybny z warzywami (Dorsz) ** 100g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet rybny z warzywami (Dorsz) ** 100g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Dorsz) ** 100g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miłuna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Dorsz) ** 100g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Dorsz) ** 100g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Dorsz) ** 100g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Dorsz) ** 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet rybny z warzywami (Dorsz) ** 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet rybny z warzywami (Dorsz) ** 100g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2410.97 kcal; Białko ogółem: 106.76 g; Tłuszcz: 66.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 382.81 g; W tym cukry: 44.90 g; Błonnik pok.: 45.94 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2286.91 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 356.26 g; W tym cukry: 41.24 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2278.51 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.47 g; Węglowodany ogółem: 356.21 g; W tym cukry: 41.06 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2564.40 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 380.52 g; W tym cukry: 66.60 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 9.56 g;	Wartość energetyczna: 2576.44 kcal; Białko ogółem: 122.28 g; Tłuszcz: 78.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 392.21 g; W tym cukry: 34.13 g; Błonnik pok.: 54.16 g; Sól: 9.05 g;	Wartość energetyczna: 2405.97 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 67.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.01 g; Węglowodany ogółem: 373.73 g; W tym cukry: 31.24 g; Błonnik pok.: 51.62 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2464.48 kcal; Białko ogółem: 114.15 g; Tłuszcz: 66.96 g; Kw. tł. nasy.: 17.19 g; Węglowodany ogółem: 379.73 g; W tym cukry: 30.93 g; Błonnik pok.: 33.15 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 2375.36 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 66.52 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 379.73 g; W tym cukry: 42.51 g; Błonnik pok.: 49.99 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 1889.59 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 292.37 g; W tym cukry: 31.94 g; Błonnik pok.: 38.76 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2609.19 kcal; Białko ogółem: 115.18 g; Tłuszcz: 70.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 408.79 g; W tym cukry: 50.03 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 8.76 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	
2026-04-22 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Burażki gotowane 100 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
		II ŚN			Jabłko pieczone 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Płatki owsiane 10 g ( <u>GLU OW</u> .) Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane K M 1 szt ( <u>JAJ</u> .) Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 1 szt ( <u>MLE</u> .) Płatki owsiane 10 g ( <u>GLU OW</u> .) Jabłko pieczone 150 g			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .)
2026-04-22 środa	Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Dymna duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Dymna duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Dymna duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Dymna duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Dymna duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Dymna duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Dymna duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Dymna duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Dymna duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> .) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g						
2026-04-22 środa	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Jabłko 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Jabłko 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Jabłko 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Jabłko 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> .) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
		PN	Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .)			
	Wartość energetyczna: 2150.71 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 50.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; W tym cukry: 58.52 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sol: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2171.11 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 47.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 342.26 g; W tym cukry: 60.00 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sol: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2162.71 kcal; Białko ogółem: 107.11 g; Tłuszcz: 47.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 342.21 g; W tym cukry: 59.82 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sol: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2475.08 kcal; Białko ogółem: 120.09 g; Tłuszcz: 53.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 395.45 g; W tym cukry: 79.43 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sol: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2019.72 kcal; Białko ogółem: 112.13 g; Tłuszcz: 53.16 g; Kw. tł. nasy.: 15.28 g; Węglowodany ogółem: 310.18 g; W tym cukry: 51.94 g; Błonnik pok.: 37.67 g; Sol: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2115.51 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 53.66 g; Kw. tł. nasy.: 14.43 g; Węglowodany ogółem: 334.46 g; W tym cukry: 36.61 g; Błonnik pok.: 43.96 g; Sol: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2149.05 kcal; Białko ogółem: 113.13 g; Tłuszcz: 51.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; Węglowodany ogółem: 325.99 g; W tym cukry: 55.98 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sol: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 1930.80 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 48.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; Węglowodany ogółem: 305.07 g; W tym cukry: 43.55 g; Błonnik pok.: 32.83 g; Sol: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 1613.93 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 43.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; W tym cukry: 30.39 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sol: 6.00 g;	Wartość energetyczna: 2443.31 kcal; Białko ogółem: 122.50 g; Tłuszcz: 56.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 379.15 g; W tym cukry: 60.03 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sol: 7.33 g;	

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zolądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	
2026-04-23 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pastaz warzywna* 100 g (SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pastaz warzywna* 100 g (SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)
		II SN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 50 g (MLE.) Słupki z marchewki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.)	
2026-04-23 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wiewprzowa z olejem b/c 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Ziemiaki z koperkiem gotowane 180 g Lopatkawiewprzowa pieczona 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		PD		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Lopatkawiewprzowa wędzona 30 g (SOJ.)						Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Lopatkawiewprzowa wędzona 30 g (SOJ.)	
2026-04-23 czwartek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
		PN	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 50 g	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)				
	Wartość energetyczna: 2547.09 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 83.78 g; Kw. tł. nasy.: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 347.34 g; W tym cukry: 55.68 g; Błonnik pok.: 39.00 g; Sol: 9.87 g.	Wartość energetyczna: 2570.14 kcal; Białko ogółem: 102.10 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 350.71 g; W tym cukry: 55.34 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sol: 7.61 g.	Wartość energetyczna: 2561.74 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 77.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 350.66 g; W tym cukry: 55.16 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sol: 7.71 g.	Wartość energetyczna: 3124.39 kcal; Białko ogółem: 124.14 g; Tłuszcz: 96.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.38 g; Węglowodany ogółem: 430.56 g; W tym cukry: 71.12 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sol: 9.66 g.	Wartość energetyczna: 2495.61 kcal; Białko ogółem: 115.55 g; Tłuszcz: 91.19 g; Kw. tł. nasy.: 22.05 g; Węglowodany ogółem: 344.30 g; W tym cukry: 35.42 g; Błonnik pok.: 49.99 g; Sol: 10.72 g.	Wartość energetyczna: 2310.60 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 82.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.85 g; Węglowodany ogółem: 349.50 g; W tym cukry: 64.47 g; Błonnik pok.: 51.25 g; Sol: 10.37 g.	Wartość energetyczna: 3858.44 kcal; Białko ogółem: 152.43 g; Tłuszcz: 92.19 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 638.54 g; W tym cukry: 64.47 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sol: 13.39 g.	Wartość energetyczna: 2487.11 kcal; Białko ogółem: 114.61 g; Tłuszcz: 76.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 342.26 g; W tym cukry: 55.16 g; Błonnik pok.: 42.31 g; Sol: 9.69 g.	Wartość energetyczna: 1985.16 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 66.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 251.21 g; W tym cukry: 39.28 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sol: 8.53 g.	Wartość energetyczna: 2989.08 kcal; Białko ogółem: 121.10 g; Tłuszcz: 90.71 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 412.71 g; W tym cukry: 57.11 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sol: 10.04 g.	

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogenergetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa
Sniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomarancza 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek extra. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 100 g Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wedzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomarancza 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
II SN				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c ( ) 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos majerankowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos majerankowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryba smażona (Miruna) 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c ( ) 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos majerankowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c ( ) 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos majerankowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c ( ) 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos majerankowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kasza bulgur 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka żydowska z olejem b/c ( ) 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos majerankowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c ( ) 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos majerankowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c ( ) 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos majerankowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Biszkopty 30 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.</b> )						Biszkopty 30 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.</b> )
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wedzonka wieprzowa,wedzona z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Roszponka 10 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wedzonka wieprzowa,wedzona z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wedzonka wieprzowa,wedzona z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	
PN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomarancza 150 g Platki owsiane 10 g ( <b>GLU OW.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Pomidor 50 g		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
	Wartość energetyczna: 2155.78 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 74.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 301.55 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2074.81 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 58.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 313.62 g; W tym cukry: 46.05 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2016.01 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; Węglowodany ogółem: 313.62 g; W tym cukry: 48.53 g; Błonnik pok.: 23.80 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2208.52 kcal; Białko ogółem: 91.70 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 352.19 g; W tym cukry: 70.22 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2067.94 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 16.39 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; W tym cukry: 44.58 g; Błonnik pok.: 38.84 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 1974.72 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 16.04 g; Węglowodany ogółem: 296.81 g; W tym cukry: 25.94 g; Błonnik pok.: 39.80 g; Sól: 9.97 g;	Wartość energetyczna: 2196.10 kcal; Białko ogółem: 100.02 g; Tłuszcz: 58.20 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; Węglowodany ogółem: 333.90 g; W tym cukry: 44.71 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 1964.50 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 58.20 g; Kw. tł. nasy.: 12.77 g; Węglowodany ogółem: 296.81 g; W tym cukry: 31.76 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 1597.44 kcal; Białko ogółem: 74.09 g; Tłuszcz: 56.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; Węglowodany ogółem: 226.64 g; W tym cukry: 31.76 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 2237.61 kcal; Białko ogółem: 100.53 g; Tłuszcz: 63.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 339.76 g; W tym cukry: 54.87 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sól: 6.03 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobud. wydz. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogenergetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g ( <b>może zawierać: GOR</b> ) Rzodkiewka 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300ml ( <b>MLE</b> )	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g ( <b>może zawierać: GOR</b> ) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300ml ( <b>MLE</b> )	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Brykół gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Brykół gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Rzodkiewka 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Brykół gotowany* 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Rzodkiewka 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Rzodkiewka 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Rzodkiewka 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300ml ( <b>MLE</b> )
II SN			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Płatki owsiane 10g ( <b>GLU OW</b> ) Jabłko 150g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Płatki owsiane 10g ( <b>GLU OW</b> ) Jabłko 150g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Jajko gotowane RI M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 50g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 50g			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem * 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JEJCZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ</b> )						Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ</b> )
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</b> ) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</b> ) Dymia z wody 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</b> ) Dymia z wody 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</b> ) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kiełbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2435.23 kcal; Białko ogółem: 108.21 g; Tłuszcz: 90.62 g; Kw. tł. nasy.: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 329.26 g; W tym cukry: 48.17 g; Błonnik pok.: 37.69 g; Sól: 12.11 g.	Wartość energetyczna: 2397.60 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 82.20 g; Kw. tł. nasy.: 35.69 g; Węglowodany ogółem: 324.58 g; W tym cukry: 47.34 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sól: 10.76 g.	Wartość energetyczna: 2115.99 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tł. nasy.: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 351.64 g; W tym cukry: 39.25 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 8.81 g.	Wartość energetyczna: 2459.53 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 72.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 351.57 g; W tym cukry: 47.64 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 10.82 g.	Wartość energetyczna: 2247.36 kcal; Białko ogółem: 104.16 g; Tłuszcz: 86.34 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 302.61 g; W tym cukry: 42.22 g; Błonnik pok.: 41.87 g; Sól: 11.79 g.	Wartość energetyczna: 2140.08 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; Węglowodany ogółem: 315.98 g; W tym cukry: 23.95 g; Błonnik pok.: 45.65 g; Sól: 11.32 g.	Wartość energetyczna: 2121.01 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; Tłuszcz: 61.40 g; Kw. tł. nasy.: 13.95 g; Węglowodany ogółem: 265.43 g; W tym cukry: 21.29 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 10.06 g.	Wartość energetyczna: 1770.30 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz: 59.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 264.81 g; W tym cukry: 20.11 g; Błonnik pok.: 36.52 g; Sól: 8.64 g.	Wartość energetyczna: 1646.91 kcal; Białko ogółem: 75.82 g; Tłuszcz: 59.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 264.81 g; W tym cukry: 20.11 g; Błonnik pok.: 36.52 g; Sól: 8.64 g.	Wartość energetyczna: 2563.91 kcal; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 79.92 g; Kw. tł. nasy.: 36.45 g; Węglowodany ogółem: 364.93 g; W tym cukry: 54.20 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 11.82 g.

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyd. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegetyczna	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15 g ( <b>MLE</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Buraczki gotowane 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonek niejadanej 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Buraczki gotowane 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )
II SN				Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 50 g					Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 50 g
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Szarpana wierzpowa (szynka wp) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Szarpana wierzpowa (szynka wp) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Szarpana wierzpowa (szynka wp) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Szarpana wierzpowa (szynka wp) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Szarpana wierzpowa (szynka wp) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Szarpana wierzpowa (szynka wp) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Szarpana wierzpowa (szynka wp) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Szarpana wierzpowa (szynka wp) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Szarpana wierzpowa (szynka wp) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Szarpana wierzpowa (szynka wp) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )						Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
Kolejnia	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Sałata z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Sałata z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
PN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wierzpowego z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Rzepa biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Rzepa biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wierzpowego z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Wartość energetyczna: 2253.60 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 74.35 g; Kw. tł. nasy.: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 317.98 g; W tym cukry: 70.00 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 2247.22 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 70.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 309.84 g; W tym cukry: 63.71 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2255.32 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; Tłuszcz: 70.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 309.75 g; W tym cukry: 69.64 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sól: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2562.16 kcal; Białko ogółem: 127.78 g; Tłuszcz: 79.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 352.58 g; W tym cukry: 69.64 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 10.85 g;	Wartość energetyczna: 2221.77 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 74.53 g; Kw. tł. nasy.: 17.60 g; Węglowodany ogółem: 322.14 g; W tym cukry: 31.48 g; Błonnik pok.: 45.48 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2405.14 kcal; Białko ogółem: 117.17 g; Tłuszcz: 77.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; Węglowodany ogółem: 336.02 g; W tym cukry: 41.30 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 10.97 g;	Wartość energetyczna: 2169.70 kcal; Białko ogółem: 106.00 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.95 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; W tym cukry: 48.70 g; Błonnik pok.: 37.48 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 1762.54 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 349.24 g; W tym cukry: 65.38 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2569.93 kcal; Białko ogółem: 125.30 g; Tłuszcz: 83.61 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 349.24 g; W tym cukry: 65.38 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 10.78 g;	

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
Śniadanie	Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z wędliny drobiowej 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> )	Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> )	Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Schab gotowany* 50 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
II SN							
Obiad	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 50 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez soli)*() 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron (bez soli) 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <u>MLE</u> ) Mięso drobiowe mielone w sosie w/ 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Klopsik drobiowy z udzca 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Szynka gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu)*() 400 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Klopsik drobiowy z udzca (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ</u> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml ( <u>SEL</u> ) Szynka gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacciasta *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ</u> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab gotowany (bez soli) 50 g Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g ( <u>SOJ</u> ) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Salatka z pomidorów i koperku 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt				Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	Wartość energetyczna: 1822.38 kcal; Białko ogółem: 61.89 g; Tłuszcz: 45.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 310.34 g; W tym cukry: 27.06 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2440.80 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 69.44 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 372.71 g; W tym cukry: 70.03 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2232.78 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; Tłuszcz: 70.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 305.85 g; W tym cukry: 49.65 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 9.05 g;	Wartość energetyczna: 2137.83 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 67.75 g; Kw. tł. nasy.: 14.45 g; Węglowodany ogółem: 313.76 g; W tym cukry: 24.45 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2138.17 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 81.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 275.82 g; W tym cukry: 40.63 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2577.28 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 86.21 g; Kw. tł. nasy.: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 369.96 g; W tym cukry: 55.11 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 10.08 g;	Wartość energetyczna: 1970.24 kcal; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 43.33 g; Kw. tł. nasy.: 12.05 g; Węglowodany ogółem: 307.41 g; W tym cukry: 57.09 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 5.52 g;

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa	
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II SN							
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kopytka ziemniaczane * 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny (I) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez soli) * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (bez soli) 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona (bez soli) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny (bez soli) 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane (bez soli) 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE</b> ) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane 100 g Sos własny (I) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sypko 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos własny (I) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ryż na sypko 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona (bez glutenu) 100 g Sos własny (I) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Buraczki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 180 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 180 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sypko 180 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodatkiem wody 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta wędliny wieprzowej 50 g ( <b>SOJ</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretki drobiowa z udżcem o zaw.80% tł 15 g Kurczaka * 200 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Galaretki drobiowa z udżcem z kurczaka* 200 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Hummus z ciecierzycy 100 g Surówka z rzodulki i czarnuszki 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
PN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g	
	Wartość energetyczna: 2087.58 kcal; Białko ogółem: 62.83 g; Tłuszcz: 52.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 354.20 g; W tym cukry: 36.33 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2268.20 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 67.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; W tym cukry: 52.13 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 4.15 g;	Wartość energetyczna: 2174.77 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 297.46 g; W tym cukry: 53.46 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2226.36 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 63.12 g; Kw. tł. nasy.: 14.95 g; Węglowodany ogółem: 335.76 g; W tym cukry: 38.50 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2197.80 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 77.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 294.89 g; W tym cukry: 51.76 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 3.66 g;	Wartość energetyczna: 2345.26 kcal; Białko ogółem: 79.90 g; Tłuszcz: 74.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 355.93 g; W tym cukry: 57.08 g; Błonnik pok.: 33.59 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2341.11 kcal; Białko ogółem: 117.09 g; Tłuszcz: 65.82 g; Kw. tł. nasy.: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 336.63 g; W tym cukry: 43.52 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 5.42 g;	

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
Śniadanie	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Kiełbasa Zielonogórska- wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z wędliny wędzarskiej 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Schab gotowany 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany 50 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
II ŚN							
Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Pierogi z truskawkami * 300 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Mus z jabłek prażonych 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez soli)* 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Pulpet drobiowy (bez soli) 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Sos pietruszkowy (bez soli, bez mleka)* 80 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 100 g Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE.</b> ) Mieso drobiowe mielone w sosie wł 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu, mleka)* 80 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi ukraińskie 300 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> ) Szpinaż gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD							
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z wędliny drobiowej 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z wędliny drobiowej 30 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Cukinia pieczona z olejem* 50 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g
	Wartość energetyczna: 2155.66 kcal; Białko ogółem: 56.66 g; Tłuszcz: 44.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.45 g; Węglowodany ogółem: 393.24 g; W tym cukry: 71.03 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2031.31 kcal; Białko ogółem: 101.76 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 295.42 g; W tym cukry: 61.53 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2283.00 kcal; Białko ogółem: 106.74 g; Tłuszcz: 74.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 315.85 g; W tym cukry: 41.57 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 1841.47 kcal; Białko ogółem: 74.84 g; Tłuszcz: 45.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 299.60 g; W tym cukry: 36.99 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2068.84 kcal; Białko ogółem: 86.34 g; Tłuszcz: 65.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; W tym cukry: 53.07 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 3.20 g;	Wartość energetyczna: 2273.53 kcal; Białko ogółem: 89.92 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 341.04 g; W tym cukry: 52.97 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 2168.02 kcal; Białko ogółem: 129.67 g; Tłuszcz: 56.78 g; Kw. tł. nasy.: 15.94 g; Węglowodany ogółem: 303.24 g; W tym cukry: 24.07 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sól: 6.36 g;

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
Sniadanie	Ziemiacciasta * (bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wierzowa, wędzona z wodą dodaną 40 g ( <b>SOJ</b> ) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Salata zielona 10 g Salata ziołowa z kiełkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Dymia z wody 100 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Ziemiacciasta * (bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> ) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Ziemiacciasta * (bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Dymia z wody 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II SN							
Obiad	Ziemiacciasta * (bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Fasolka ziemniaczana 300 g Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacciasta * (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wp i warzywami (bez soli)* 300 g ( <b>SEL, GLU JECZ</b> ) Sos pomidorowy (bez soli) 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacciasta * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Mieszanka mielona z mięsem w sosie w/ 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) 180 g ( <b>MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacciasta * (bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wierzwowym i warzywami* 300 g ( <b>SEL, GLU JECZ</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacciasta * (bez glutenu, mleka) 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacciasta * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacciasta * (bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> )
PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka szkolna- wp, parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Salatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny wierzowej 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Salatka jarzynowa* 50 g Salatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <b>SEL</b> ) Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Salatka jarzynowa* dieta 150 g Salata zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Salatka jarzynowa* 150 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wierzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ</b> )	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g ( <b>JAJ, MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny wierzowej 30 g ( <b>SOJ</b> ) Marchew gotowana z olejem* 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Mini serniczki z musem malinowym b/c+ 150 g ( <b>JAJ, MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 30 g	
	Wartość energetyczna: 2165.89 kcal; Białko ogółem: 62.56 g; Tłuszcz: 46.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 390.32 g; W tym cukry: 46.35 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 11.54 g;	Wartość energetyczna: 2598.37 kcal; Białko ogółem: 123.62 g; Tłuszcz: 44.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 375.24 g; W tym cukry: 73.64 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 5.10 g;	Wartość energetyczna: 2523.01 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 89.03 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 330.74 g; W tym cukry: 45.52 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2306.18 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz: 70.75 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 352.37 g; W tym cukry: 48.16 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2269.20 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz: 66.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 311.95 g; W tym cukry: 61.83 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 3.19 g;	Wartość energetyczna: 2759.69 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 92.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.99 g; Węglowodany ogółem: 386.87 g; W tym cukry: 74.00 g; Błonnik pok.: 37.66 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2145.66 kcal; Białko ogółem: 120.14 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 297.19 g; W tym cukry: 23.33 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 6.32 g;

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa	
2026-04-17 piątek	Śniadanie	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny drobiowej 50 g Pasta z brokuła 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Pasta z brokuła 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN							
	Obiad	Szpinakowa z zacierka *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Pieprgi z truskawkami * 300 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Mūs z jabłek prażonych 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierka *(bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) (bez soli) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy (bez soli) 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kalafior gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z zielonych warzyw 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE</b> ) Mielona Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierka *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy (bez glutenu) 80 ml ( <b>MLE</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierka * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Gogórek kiszony 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny wieprzowej 30 g ( <b>SOJ</b> ) Buraczki gotowane 50 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 30 g	
		Wartość energetyczna: 2278.37 kcal; Białko ogółem: 67.26 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; Węglowodany ogółem: 394.81 g; W tym cukry: 57.46 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 2068.96 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 65.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 279.69 g; W tym cukry: 52.18 g; Błonnik pok.: 21.50 g; Sól: 4.50 g;	Wartość energetyczna: 2367.72 kcal; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 83.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.41 g; Węglowodany ogółem: 307.70 g; W tym cukry: 61.34 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 1831.38 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tł. nasy.: 12.58 g; Węglowodany ogółem: 271.99 g; W tym cukry: 36.90 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 1967.98 kcal; Białko ogółem: 79.71 g; Tłuszcz: 68.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 272.70 g; W tym cukry: 49.86 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 2072.21 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 69.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 281.63 g; W tym cukry: 51.51 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2251.47 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 69.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.40 g; Węglowodany ogółem: 313.63 g; W tym cukry: 36.66 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 6.72 g;

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa	
2026-04-18 sobota	Śniadanie	Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g ( <u>GLU PSZ JAJ SOJ SEL GOR</u> ) Jabłko pieczone 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <u>MLE GLU JECZ</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab gotowany (bez soli) 50 g Jabłko pieczone 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z wędliny drobiowej 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ JAJ SOJ MLE SEL GOR</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <u>MLE GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 150 g Salata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE</u> ) Cukier 5 g	Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Cukier 5 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
		II SN						
2026-04-18 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Knedle z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Mus z jabłek parzonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez soli)* 400 ml ( <u>MLE SEL</u> ) Ziemiaki gotowane (bez soli) 180 g Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 100 g Sos piekruzkowy (bez soli, bez mleka)* 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) 100 g Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ MLE SEL</u> ) Ziemiaki gotowane puree 180 g ( <u>MLE</u> ) Mięso wiewprze mielone w sosie w/ 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos pietruszkowy* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem ( <u>SEL</u> ) Ziemiaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemiaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 80 ml ( <u>MLE</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem* 400 ml ( <u>MLE SEL</u> ) Knedle z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemiaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		PD						
2026-04-18 sobota	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z wędliny wiewprzowej 50 g ( <u>SOJ</u> ) Buraczki gotowane 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet soczewicy* 100 g ( <u>JAJ</u> ) Rzodkiew biała 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Buraczki gotowane 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
		PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) pasta z wędliny drobiowej 30 g ( <u>GLU PSZ JAJ SOJ SEL GOR</u> ) Kalafior gotowany* 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Salata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 50 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 30 g Salata zielona 5 g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
		Wartość energetyczna: 1914.78 kcal; Białko ogółem: 44.65 g; Tłuszcz: 38.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 366.59 g; W tym cukry: 46.71 g; Błonnik pok.: 18.58 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 1981.71 kcal; Białko ogółem: 122.69 g; Tłuszcz: 45.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 287.31 g; W tym cukry: 54.61 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 4.30 g;	Wartość energetyczna: 2227.07 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 67.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 318.14 g; W tym cukry: 48.35 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 1973.42 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 46.91 g; Kw. tł. nasy.: 11.56 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; W tym cukry: 38.68 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2074.47 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 299.82 g; W tym cukry: 48.52 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2644.12 kcal; Białko ogółem: 107.39 g; Tłuszcz: 78.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 401.33 g; W tym cukry: 68.79 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 1976.20 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 42.26 g; Kw. tł. nasy.: 11.80 g; Węglowodany ogółem: 301.00 g; W tym cukry: 39.29 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 5.74 g;

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
Sniadanie	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z wędliny drobiowej 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus z ciecierzycy 100 g Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
II ŚN							
Obiad	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Kluski śląskie* 300 g ( <b>JAJ, PSZ, MLE.</b> ) Sos koperkowy* 80 ml ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez soli)* 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s (bez soli) 100 g Sos koperkowy *(bez soli) 80 ml ( <b>GLUPSZ, MLE.</b> ) Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE.</b> ) Mieso drobiowe mielone w sosie wt/ 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLUPSZ.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu, mleka) 80 ml Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlety sojowe panierowane 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* [Por] x 100 g ( <b>SEL.</b> )
PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Łopatką z bocznicą wieprzową wędzona 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu waniliowa 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu waniliowa 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu waniliowa 100 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Twarog półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g
PN	Chalka 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE.</b> )		Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z wędliny wieprzowej 30 g ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> ) Buraczki gotowane 50 g	Wafle ryżowe 30 g		Chalka 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE.</b> )	
	Wartość energetyczna: 2035.97 kcal; Białko ogółem: 57.39 g; Tłuszcz: 55.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 344.58 g; W tym cukry: 25.68 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2073.90 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 57.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 300.24 g; W tym cukry: 43.05 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 2264.29 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 74.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 310.49 g; W tym cukry: 42.49 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 1846.15 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 47.70 g; Kw. tł. nasy.: 12.27 g; Węglowodany ogółem: 282.60 g; W tym cukry: 19.84 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 1944.76 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 277.64 g; W tym cukry: 35.96 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 2.81 g;	Wartość energetyczna: 2280.68 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 71.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 339.69 g; W tym cukry: 43.75 g; Błonnik pok.: 34.37 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 2055.51 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 58.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; Węglowodany ogółem: 294.55 g; W tym cukry: 30.79 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 5.78 g;

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
Śniadanie	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewiórzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny drobiowej 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Dyńa z wody 100 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ, JAJ SEL</b> ) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z groszku zielonego b/c 100 g Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Cukier 15 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Dyńa z wody 100 g Sałata zielona 10 g Cukier 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
II ŚN							
Obiad	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Kluski leniwe z serem 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ) Surowka z selera i marchwi z olejem ( ) b/c 200 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kluski leniwe z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ) Surowka z selera i marchwi z olejem ( ) b/c 200 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porczezkowy* 60 g ( <b>MLE</b> )	Wielowarzynna z ziemniakami * (bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Mięso wędzane mielone w sosie w 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Pulpet mięsno-warzynny* (wiewiórzowy) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ SEL</b> ) Ryz na sytko 180 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml ( <b>SEL</b> ) Pulpet mięsno-warzynny* (wiewiórzowy) b/c 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80 ml Ryz na sytko 180 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kluski leniwe z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ) Surowka z selera i marchwi z olejem ( ) b/c 200 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porczezkowy* 60 g ( <b>MLE</b> )	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ryz na sytko 180 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD							
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny wiewiórzowej 50 g ( <b>SOJ</b> ) Buraczki gotowane 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Roszponka 10 g Ogórek kiszony 100 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Buraczki gotowane 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Sok owocowo-warzynny 0,2L kubek 1 szt		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	
	Wartość energetyczna: 1974.89 kcal; Białko ogółem: 65.78 g; Tłuszcz: 60.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 312.95 g; W tym cukry: 48.66 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2550.37 kcal; Białko ogółem: 105.41 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kw. tł. nasy.: 34.58 g; Węglowodany ogółem: 368.57 g; W tym cukry: 79.11 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2162.58 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 72.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 288.84 g; W tym cukry: 48.35 g; Błonnik pok.: 19.94 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2029.30 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz: 61.36 g; Kw. tł. nasy.: 15.22 g; Węglowodany ogółem: 288.87 g; W tym cukry: 40.44 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2121.65 kcal; Białko ogółem: 80.12 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.04 g; Węglowodany ogółem: 288.72 g; W tym cukry: 48.38 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 2.87 g;	Wartość energetyczna: 2624.22 kcal; Białko ogółem: 92.03 g; Tłuszcz: 89.22 g; Kw. tł. nasy.: 34.97 g; Węglowodany ogółem: 398.55 g; W tym cukry: 94.90 g; Błonnik pok.: 42.32 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2058.12 kcal; Białko ogółem: 106.20 g; Tłuszcz: 46.54 g; Kw. tł. nasy.: 10.35 g; Węglowodany ogółem: 316.02 g; W tym cukry: 55.09 g; Błonnik pok.: 20.28 g; Sól: 5.14 g;

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
Sniadanie	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z szynki wieprzowej 50 g ( <b>SOJ</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Hummus z ciecierzycy 100 g Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Schab gotowany 50 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚN							
Obiad	Solferino (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Kluski śląskie 300 g ( <b>JAJ</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa (bez soli) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ SEL</b> ) Sos ziołowy* (bez soli) 80 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g Szpinak gotowany z olejem (bez soli)* 100 g ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Mięso drobiowe mielone w sosie wi 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL</b> ) Klopsik drobiowy z udzca (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ</b> ) Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g ( <b>SOJ SEL, GLU JECZ SEL</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Surowka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem ( ) 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Schab gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD							
Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет rybny z warzywami (Dorsz) ** 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB SEL</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna z warzywami)* 100 g ( <b>RYB SEL</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Paszтет rybny z warzywami (Dorsz) ** 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB SEL</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna z warzywami)* 100 g ( <b>RYB SEL</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет rybny z warzywami (Dorsz) ** 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Paszтет rybny z warzywami (Dorsz) ** 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB SEL</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						
	Wartość energetyczna: 2102.25 kcal; Białko ogółem: 62.85 g; Tłuszcz: 55.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 358.81 g; W tym cukry: 25.19 g; Błonnik pok.: 31.15 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2107.38 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 316.21 g; W tym cukry: 37.05 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 4.51 g;	Wartość energetyczna: 2177.61 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 72.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 299.86 g; W tym cukry: 43.81 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2089.97 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 48.61 g; Kw. tł. nasy.: 12.34 g; Węglowodany ogółem: 349.57 g; W tym cukry: 22.80 g; Błonnik pok.: 32.37 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 2060.63 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 277.73 g; W tym cukry: 48.66 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sól: 3.37 g;	Wartość energetyczna: 2465.77 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 374.22 g; W tym cukry: 47.45 g; Błonnik pok.: 50.19 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2117.74 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 50.41 g; Kw. tł. nasy.: 14.48 g; Węglowodany ogółem: 323.80 g; W tym cukry: 31.52 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 6.18 g;

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
II SN	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g ( <b>SOJ</b> ) Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Kopyłka ziemniaczane* 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Dymna duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kalańfort gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 100 g Sos bazyliowy (bez soli)* 80 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Dymna duszona z olejem* b/soli 300 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE</b> ) Dymna duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymna duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kalańfort gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymna z wody 100 g Kalańfort gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb ziemniaczany 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Dymna duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymna z wody 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Bułka masłana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb bezglutenowy 50 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Bułka masłana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g
	Wartość energetyczna: 2320.97 kcal; Białko ogółem: 65.70 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 401.76 g; W tym cukry: 46.58 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2226.71 kcal; Białko ogółem: 110.06 g; Tłuszcz: 49.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 348.00 g; W tym cukry: 62.33 g; Błonnik pok.: 23.37 g; Sól: 3.72 g;	Wartość energetyczna: 2300.45 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 347.31 g; W tym cukry: 65.43 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 2115.70 kcal; Białko ogółem: 110.18 g; Tłuszcz: 45.33 g; Kw. tł. nasy.: 12.80 g; Węglowodany ogółem: 336.69 g; W tym cukry: 47.12 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2114.07 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 312.89 g; W tym cukry: 60.69 g; Błonnik pok.: 28.24 g; Sól: 3.48 g;	Wartość energetyczna: 2554.41 kcal; Białko ogółem: 72.11 g; Tłuszcz: 105.91 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 354.22 g; W tym cukry: 62.52 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2145.11 kcal; Białko ogółem: 116.30 g; Tłuszcz: 44.97 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 332.18 g; W tym cukry: 56.59 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 5.71 g;

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa	
2026-04-23 czwartek	Śniadanie	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny drobiowej 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pasta warzywna* 100 g ( <b>SEL</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek Fromage 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Pasta warzywna* 100 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II SN							
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron z warzywami * 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) * 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron (bez soli) 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 180 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 180 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) bez glutenu 150 g ( <b>SEL</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kurkuma wielowarzynna z olejem b/c 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Łopatkawieprzowa pieczona 100 g Sos jarzynowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z tofu i marchewki 50 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g ( <b>SOJ</b> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z tofu i marchewki 100 g ( <b>SOJ</b> ) Surowka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna ozaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	
	PN	Ciasto drożdżowe b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Ciasto drożdżowe b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )		
		Wartość energetyczna: 1932.88 kcal; Białko ogółem: 59.00 g; Tłuszcz: 41.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 320.26 g; W tym cukry: 27.98 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sol: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2560.27 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 30.94 g; Węglowodany ogółem: 340.36 g; W tym cukry: 51.33 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sol: 4.89 g;	Wartość energetyczna: 2380.57 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 77.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 308.80 g; W tym cukry: 76.55 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sol: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2043.77 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 59.99 g; Kw. tł. nasy.: 13.89 g; Węglowodany ogółem: 308.28 g; W tym cukry: 37.80 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sol: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2002.04 kcal; Białko ogółem: 81.42 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 278.13 g; W tym cukry: 53.54 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sol: 2.92 g;	Wartość energetyczna: 2709.02 kcal; Białko ogółem: 87.88 g; Tłuszcz: 105.39 g; Kw. tł. nasy.: 55.29 g; Węglowodany ogółem: 348.98 g; W tym cukry: 56.26 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sol: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2294.20 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 59.62 g; Kw. tł. nasy.: 17.40 g; Węglowodany ogółem: 314.79 g; W tym cukry: 38.64 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sol: 6.10 g;

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
II SN	Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pomarancza 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Cukier 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Obiad	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL</b> ) Pierogi z truskawkami * 300 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos ogórkowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalaflorowa z ryżem (bez soli)* 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Mielona Ryba pieczona (Miruna) (bez soli) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos majerankowy* (bez soli) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Warzywa po grecku* (bez soli) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacciasta * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) mielona Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos majerankowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE</b> ) Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL</b> ) Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ) Sos majerankowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL</b> ) Pulpet rybny (Miruna) 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, RYB</b> ) Sos majerankowy* (bez glutenu) 100 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Warzywa po grecku* (bez glutenu) 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalaflorowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c ( ) 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos majerankowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )
PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ, MLE</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ, MLE</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ, MLE</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
Wartość energetyczna: 1998.75 kcal; Białko ogółem: 59.95 g; Tłuszcz: 50.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 341.91 g; W tym cukry: 53.25 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2070.59 kcal; Białko ogółem: 97.69 g; Tłuszcz: 61.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.22 g; Węglowodany ogółem: 297.74 g; W tym cukry: 48.85 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 4.74 g;	Wartość energetyczna: 2183.21 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Tłuszcz: 66.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; W tym cukry: 49.42 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 1834.39 kcal; Białko ogółem: 73.96 g; Tłuszcz: 48.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.78 g; Węglowodany ogółem: 297.05 g; W tym cukry: 38.43 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 1992.27 kcal; Białko ogółem: 76.32 g; Tłuszcz: 65.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 289.05 g; W tym cukry: 43.65 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 3.33 g;	Wartość energetyczna: 2155.78 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 74.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 301.55 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2070.80 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 47.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.20 g; Węglowodany ogółem: 343.11 g; W tym cukry: 79.56 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 5.29 g;	

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
Śniadanie	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g ( <b>GLU PSZ JAJ SOJ SEL GOR</b> ) Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny 50 g ( <b>GLU PSZ JAJ SOJ SEL GOR</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ,może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiewka 100 g Salata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300ml ( <b>MLE</b> )	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany* 50 g Brokuł gotowany* 100 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚN							
Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL</b> ) Fryz ziemniaczane* 200 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> )	Selerowa z ziemniakami (bez soli)* 400 ml ( <b>MLE SEL</b> ) Kasza drożdżowa/sypko (bez soli) 180 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Ziemniaki gotowane puree b/s (bez soli) 100 g Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Buraczki gotowane (bez soli) 100 g Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>MLE SEL</b> ) Mięso drobiowe mielone w sosie 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE</b> ) Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> )	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza drożdżowa/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Udziec z kurczaka gotowany b/s 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml ( <b>MLE</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ MLE</b> )	Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>MLE SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/s 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml ( <b>MLE</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>MLE SEL</b> ) Kasza drożdżowa/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz z soczewicy i papryki () 180 g ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/s 100 g Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
2026-04-25 sobota							
PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kiełbasa Zielonogórska- wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 40 g ( <b>GLU PSZ SOJ,może zawierać: MLE,SEL,GOR</b> ) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny wiewprzowej 50 g ( <b>GLU PSZ SOJ,może zawierać: MLE,SEL,GOR</b> ) Dymia z wody 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ,może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ GLU ZYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Salatka z brokulem,ciemierzycą,pestkami sonecznika i koperkiem 150 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka wiewprzowa gotowana plastry 50 g Dymia z wody 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ</b> ) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab gotowany (bez soli) 30 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny wiewprzowej 30 g ( <b>SOJ</b> ) Marchew gotowana z olejem* 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b>SOJ</b> ) Salata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 50 g ( <b>SEZ,może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab gotowany 30 g Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet solowy z pomidorami 50 g ( <b>SOJ,GOR</b> ) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g
	Wartość energetyczna: 1895.47 kcal; Białko ogółem: 57.19 g; Tłuszcz: 49.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; W tym cukry: 23.15 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 9.08 g.	Wartość energetyczna: 2158.49 kcal; Białko ogółem: 115.61 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 306.58 g; W tym cukry: 37.03 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 5.40 g.	Wartość energetyczna: 2195.34 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 69.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 311.83 g; W tym cukry: 41.75 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sól: 7.43 g.	Wartość energetyczna: 1981.11 kcal; Białko ogółem: 90.35 g; Tłuszcz: 54.77 g; Kw. tł. nasy.: 13.70 g; Węglowodany ogółem: 303.72 g; W tym cukry: 22.12 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 9.13 g.	Wartość energetyczna: 2087.39 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 71.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 279.40 g; W tym cukry: 32.85 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 2.63 g.	Wartość energetyczna: 2750.01 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 110.91 g; Kw. tł. nasy.: 41.95 g; Węglowodany ogółem: 376.35 g; W tym cukry: 52.01 g; Błonnik pok.: 41.83 g; Sól: 8.99 g.	Wartość energetyczna: 2142.06 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 54.14 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 318.26 g; W tym cukry: 56.20 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 5.91 g.

	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
Sniadanie	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z wędliny wiewprzowej 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Buraczki gotowane 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
II SN							
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 300 g ( <u>JAJ. MLE. SEL.</u> ) Sos pieczeniowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł gotowany 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli)* 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Schab gotowany (bez soli) 100 g Sos pieczeniowy b/soli 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa krem z pomidorów +. 400 g ( <u>SEL.</u> ) Mięso wiewprzowe mielone w sosie w/ 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli)* 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Szarpana wiewprzowina (szynka wp) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Schab gotowany 100 g Sos pieczeniowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 300 g ( <u>JAJ. MLE. SEL.</u> ) Sos bazyliowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Szarpana wiewprzowina (szynka wp) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD							
Kolejnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 30 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g		
	Wartość energetyczna: 1771.91 kcal; Białko ogółem: 66.30 g; Tłuszcz: 54.70 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 273.36 g; W tym cukry: 38.20 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2123.89 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 56.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 303.88 g; W tym cukry: 53.68 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 2323.92 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 78.97 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 311.91 g; W tym cukry: 81.42 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2118.68 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 14.48 g; Węglowodany ogółem: 312.99 g; W tym cukry: 34.13 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 1963.48 kcal; Białko ogółem: 94.52 g; Tłuszcz: 61.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 272.47 g; W tym cukry: 53.07 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 4.76 g;	Wartość energetyczna: 1987.55 kcal; Białko ogółem: 87.33 g; Tłuszcz: 66.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 280.75 g; W tym cukry: 60.11 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 2262.78 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.07 g; Węglowodany ogółem: 314.10 g; W tym cukry: 41.77 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 5.81 g;

### **Oznaczenia alergenów:**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenicy,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

### **Oznaczenia wskaźników odż:**

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,  
Tłuszcz - Tłuszcz,  
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,  
Sód - Sód,  
Sól - Sól,  
Potas - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,  
Ener z B. - % energii z białka,  
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,  
Ener z W. - % energii z węglowodanów,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,