

	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.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
2026-08-03 poniedziałek	Sniadania	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (<u>GOR.</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</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 makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor 100 g Sałatka zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (<u>GOR.</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (<u>GOR.</u>) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (<u>GOR.</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (<u>GOR.</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (<u>GOR.</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II SN			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 Pomidor 50 g	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Serek homo, naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) 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 (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) 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 żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z truskawek* b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z truskawek* b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml		Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sznajk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sznajk gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sznajk gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sznajk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sznajk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sznajk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Papryka świeża 50 g			
Kolegia	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka zielona 10 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 tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała 50 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Wartość energetyczna: 2309.48 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 341.89 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 33.75 g; Sól: 10.77 g;	Wartość energetyczna: 2221.02 kcal; Białko ogółem: 95.96 g; Tłuszcz: 67.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.62 g; Węglowodany ogółem: 323.88 g; W tym cukry: 70.77 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2152.29 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 60.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; Węglowodany ogółem: 323.88 g; W tym cukry: 71.01 g; Błonnik pok.: 21.33 g; Sól: 9.88 g;	Wartość energetyczna: 2626.22 kcal; Białko ogółem: 115.35 g; Tłuszcz: 83.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 365.67 g; W tym cukry: 83.37 g; Błonnik pok.: 23.33 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 2632.13 kcal; Białko ogółem: 125.79 g; Tłuszcz: 83.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 364.91 g; W tym cukry: 44.99 g; Błonnik pok.: 49.10 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 2445.93 kcal; Białko ogółem: 115.05 g; Tłuszcz: 83.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 358.37 g; W tym cukry: 26.83 g; Błonnik pok.: 54.16 g; Sól: 10.53 g;	Wartość energetyczna: 2510.60 kcal; Białko ogółem: 116.36 g; Tłuszcz: 83.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 349.75 g; W tym cukry: 41.05 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 10.98 g;	Wartość energetyczna: 2317.76 kcal; Białko ogółem: 112.71 g; Tłuszcz: 83.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 349.75 g; W tym cukry: 58.13 g; Błonnik pok.: 57.74 g; Sól: 12.90 g;	Wartość energetyczna: 2341.50 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; Tłuszcz: 79.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 341.33 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 45.91 g; Sól: 11.83 g;	Wartość energetyczna: 1647.65 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz: 59.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 213.03 g; W tym cukry: 40.53 g; Błonnik pok.: 30.16 g; Sól: 9.96 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.wyrdz.soku żołądkowego	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.łluszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Zacierka na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z kopernikiem 100 g (MLE) Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z kopernikiem 100 g (MLE) Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z kopernikiem 100 g (MLE) Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z kopernikiem 100 g (MLE) Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z kopernikiem 100 g (MLE) Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Brzoskwinia 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z kopernikiem 100 g (MLE) Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 5g Twarożek z kopernikiem 100 g (MLE) Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z kopernikiem 100 g (MLE) Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z kopernikiem 100 g (MLE) Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚNI				Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 30 g Słupki z marchewki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 30 g Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 5g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Słupki z marchewki 50 g			
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL) Buraczki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml			Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL) Buraczki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki pszenne 10 g (GLU PSZ) Jabłko 150 g			
Kolejaga	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z rzodkwi i czamuszki 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z rzodkwi i czamuszki 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynekowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Surówka z rzodkwi i czamuszki 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z rzodkwi i czamuszki 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 10g Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z rzodkwi i czamuszki 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z rzodkwi i czamuszki 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z rzodkwi i czamuszki 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Wafle ryżowe 30 g Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynekowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Wafle ryżowe 30 g Jabłko pieczone 150 g		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2372.42 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 89.84 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 319.70 g; W tym cukry: 60.34 g; Błonnik pok.: 37.84 g; Sol: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2373.57 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 82.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 319.81 g; W tym cukry: 60.40 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sol: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 2367.17 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 81.31 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 319.75 g; W tym cukry: 60.34 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sol: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 2706.86 kcal; Białko ogółem: 125.36 g; Tłuszcz: 93.79 g; Kw. tł. nasy.: 37.47 g; Węglowodany ogółem: 356.59 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sol: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2553.74 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 97.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 345.79 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 50.61 g; Sol: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2220.28 kcal; Białko ogółem: 95.48 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 336.15 g; W tym cukry: 41.99 g; Błonnik pok.: 51.11 g; Sol: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2569.20 kcal; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 86.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 358.04 g; W tym cukry: 81.74 g; Błonnik pok.: 31.95 g; Sol: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2312.27 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz: 79.48 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 311.56 g; W tym cukry: 81.74 g; Błonnik pok.: 56.18 g; Sol: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2306.83 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 92.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 300.3 g; W tym cukry: 58.46 g; Błonnik pok.: 43.32 g; Sol: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 1987.25 kcal; Białko ogółem: 88.56 g; Tłuszcz: 85.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 248.38 g; W tym cukry: 44.65 g; Błonnik pok.: 36.31 g; Sol: 4.21 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. wydłz.soku żółdkowego	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 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
2026-08-05 Sobota	Sniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynka zapiekana w piezrowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ ,) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynka zapiekana w piezrowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ ,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynka zapiekana w piezrowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL ,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana w piezrowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ ,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana w piezrowa, wędzona, parz. z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ ,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana w piezrowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ ,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynka zapiekana w piezrowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ ,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynka zapiekana w piezrowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ ,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II-SN			Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Twarożek 50 g (MLE ,) Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 50 g (MLE ,) Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 50 g (MLE ,) Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 50 g (MLE ,) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Twarożek 50 g (MLE ,) Pomidor 50 g		
2026-08-05 Sobota	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2 ,) Ziemniaki młode 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 truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE ,) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE ,) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2 ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE ,) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki młode 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 truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2 ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE ,) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2 ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE ,) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE ,) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE ,) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD			Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE ,)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ ,) Pomidor 50 g			
2026-08-05 Sobota	Kolejka	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB ,) Ogórek świeży 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB ,) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB ,) Brokul gotowany 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB ,) Brokul gotowany 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB ,) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB ,) Ogórek świeży 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB ,) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB ,) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB ,) Ogórek świeży 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 jablko 100g (tubka) 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (SOJ. MLE. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2 ,) Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (SOJ. MLE. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2 ,) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (SOJ. MLE. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2 ,) Rzodkiew biała 50 g	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (SOJ. MLE. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2 ,) Rzodkiew biała 50 g
	Wartość energetyczna: 2070.08 kcal; Białko ogółem: 106.28 g; Tłuszcz: 63.89 g; Kw. tł. nasy: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 293.71 g; W tym cukry: 52.57 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2119.45 kcal; Białko ogółem: 107.96 g; Tłuszcz: 63.61 g; Kw. tł. nasy: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 295.07 g; W tym cukry: 53.51 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2121.98 kcal; Białko ogółem: 122.85 g; Tłuszcz: 64.50 g; Kw. tł. nasy: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 295.39 g; W tym cukry: 55.80 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2554.13 kcal; Białko ogółem: 127.51 g; Tłuszcz: 78.48 g; Kw. tł. nasy: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 353.97 g; W tym cukry: 78.24 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2208.52 kcal; Białko ogółem: 122.85 g; Tłuszcz: 74.33 g; Kw. tł. nasy: 19.70 g; Węglowodany ogółem: 305.93 g; W tym cukry: 40.35 g; Błonnik pok.: 41.30 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2103.09 kcal; Białko ogółem: 118.99 g; Tłuszcz: 63.05 g; Kw. tł. nasy: 14.48 g; Węglowodany ogółem: 310.82 g; W tym cukry: 28.98 g; Błonnik pok.: 43.67 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2346.05 kcal; Białko ogółem: 124.27 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw. tł. nasy: 19.87 g; Węglowodany ogółem: 308.79 g; W tym cukry: 34.17 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2222.02 kcal; Białko ogółem: 123.16 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy: 13.73 g; Węglowodany ogółem: 316.06 g; W tym cukry: 50.27 g; Błonnik pok.: 56.06 g; Sól: 10.21 g;	Wartość energetyczna: 2116.73 kcal; Białko ogółem: 105.67 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy: 13.73 g; Węglowodany ogółem: 316.06 g; W tym cukry: 50.27 g; Błonnik pok.: 56.06 g; Sól: 10.21 g;	Wartość energetyczna: 1794.20 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 242.21 g; W tym cukry: 30.88 g; Błonnik pok.: 34.82 g; Sól: 7.63 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. wydź.soku żołądkowego	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.łuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Baran 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Baran 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Baran 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Baran 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ziemniaczana * (bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunka Pastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Baran 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II SN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną 30g (SOJ.) Słupki z marchewki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Schab gotowany 30 g Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną 30g (SOJ.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Słupki z marchewki 50 g		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasztolito jęczmienne z mięsem wędzonym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałata szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasztolito jęczmienne z mięsem wędzonym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Brokoli gotowany * 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasztolito jęczmienne z mięsem wędzonym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Brokoli gotowany * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasztolito jęczmienne z mięsem wędzonym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałata szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasztolito jęczmienne z mięsem wędzonym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałata szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasztolito jęczmienne z mięsem wędzonym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałata szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 180 g Schab gotowany 100 g Sałatką szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda z cytryną 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 180 g Schab gotowany 100 g Sałatką szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałatką szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD				Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab gotowany 30 g				Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Schab gotowany 30 g Pomidor 50 g	
Kolejacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Mini sermiczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Łopatką zbojnicka wędzona 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Mini sermiczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobniowy grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niepalącej 30 g Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Łopatką zbojnicka wędzona 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Łopatką zbojnicka wędzona 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 50 g	Mini sermiczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2523.45 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz: 92.11 g; Kw. tł. nasy.: 31.86 g; Węglowodany ogółem: 344.19 g; W tym cukry: 78.84 g; Błonnik pok.: 38.28 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2538.47 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 86.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 344.53 g; W tym cukry: 78.23 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2532.07 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 86.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 344.53 g; W tym cukry: 78.17 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2873.91 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 94.95 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 404.44 g; W tym cukry: 80.68 g; Błonnik pok.: 31.62 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2452.04 kcal; Białko ogółem: 109.60 g; Tłuszcz: 94.51 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; Węglowodany ogółem: 324.71 g; W tym cukry: 61.88 g; Błonnik pok.: 44.37 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 2333.92 kcal; Białko ogółem: 100.46 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.59 g; Węglowodany ogółem: 342.71 g; W tym cukry: 43.12 g; Błonnik pok.: 48.79 g; Sól: 10.24 g;	Wartość energetyczna: 2540.61 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 89.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 352.86 g; W tym cukry: 47.45 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sól: 11.54 g;	Wartość energetyczna: 2489.06 kcal; Białko ogółem: 141.00 g; Tłuszcz: 75.27 g; Kw. tł. nasy.: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 339.72 g; W tym cukry: 70.26 g; Błonnik pok.: 55.70 g; Sól: 12.61 g;	Wartość energetyczna: 2482.87 kcal; Białko ogółem: 125.10 g; Tłuszcz: 87.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 360.49 g; W tym cukry: 76.39 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2054.93 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 75.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 260.49 g; W tym cukry: 64.40 g; Błonnik pok.: 32.24 g; Sól: 7.17 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 bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
2026-08-07 pątek	Sniadanie Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z brokuła * 100 g Sałata 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</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>) Pasta z brokuła * 100 g Sałata 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</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>) Pasta z brokuła * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z brokuła * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z brokuła * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z brokuła * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z brokuła * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z brokuła * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z brokuła * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z brokuła * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II/ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Hummus 30 g (<u>SEZ</u>) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g		
	Obiad Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kalior gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kalior gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kalior gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Woda z cytryną 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW.</u>) Jabłko 150 g		
	Kolacja Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 30 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, 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>) Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Miksałat 10 g Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, 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>) Miksałat 10 g Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, 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 osłone niejadalnej 50 g Ogórek świeży 30 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, 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 osłone niejadalnej 50 g Ogórek świeży 30 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 30 g Mixsałat 10 g Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 30 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Mixsałat 10 g Ogórek świeży 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 30 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Rzepa biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Rzepa biała 50 g	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2045.42 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 272.21 g; W tym cukry: 53.30 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2030.25 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 270.89 g; W tym cukry: 52.65 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 1928.65 kcal; Białko ogółem: 92.79 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 14.99 g; Węglowodany ogółem: 270.92 g; W tym cukry: 52.47 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2327.91 kcal; Białko ogółem: 106.93 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 326.15 g; W tym cukry: 72.91 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2277.15 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 96.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; Węglowodany ogółem: 284.69 g; W tym cukry: 35.07 g; Błonnik pok.: 40.76 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 2173.65 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 85.50 g; Kw. tł. nasy.: 16.67 g; Węglowodany ogółem: 295.38 g; W tym cukry: 27.83 g; Błonnik pok.: 43.27 g; Sól: 9.63 g;	Wartość energetyczna: 2108.82 kcal; Białko ogółem: 104.00 g; Tłuszcz: 71.04 g; Kw. tł. nasy.: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 283.17 g; W tym cukry: 32.58 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 10.58 g;	Wartość energetyczna: 2230.81 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 73.30 g; Kw. tł. nasy.: 15.51 g; Węglowodany ogółem: 301.87 g; W tym cukry: 64.28 g; Błonnik pok.: 54.30 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 1999.83 kcal; Białko ogółem: 89.83 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kw. tł. nasy.: 15.98 g; Węglowodany ogółem: 280.53 g; W tym cukry: 53.70 g; Błonnik pok.: 36.69 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 1604.87 kcal; Białko ogółem: 79.18 g; Tłuszcz: 65.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 201.54 g; W tym cukry: 41.08 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 5.41 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. wydź. 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 przys. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
2026-08-08 sobota	Śniadania Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) 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 kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) 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 kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II ŚNI			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE.)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Płatki pszenne 10 g (GLU, PSZ.) Brzoskwinia 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy drobniwy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek z ziołami 50 g (MLE.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Twarożek z ziołami 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 50 g		
Kolacja	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Kasza bulgur 180 g (GLU, PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Brokol gotowany* 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Brokol gotowany* 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Kasza bulgur 180 g (GLU, PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Kasza bulgur 180 g (GLU, PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Sałata z buraczków i jabłka z olejem 100 g Woda z cytryną 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Kasza bulgur 180 g (GLU, PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Płatki pszenne 10 g (GLU, PSZ.) Jabłko 150 g		
PN	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z soczewicy* 100 g (JAJ.) Sałata wiosenna 100 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z soczewicy* 100 g (JAJ.) Sałata wiosenna 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Pasztet z soczewicy* 100 g (JAJ.) Sałata wiosenna 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z soczewicy* 100 g (JAJ.) Sałata wiosenna 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z soczewicy* 100 g (JAJ.) Sałata wiosenna 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
		Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 30 g (SOJ, SEL.) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) 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 (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 30 g (SOJ, SEL.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 30 g (SOJ, SEL.) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2459.07 kcal; Białko ogółem: 124.08 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 352.01 g; W tym cukry: 71.11 g; Błonnik pok.: 39.21 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2067.72 kcal; Białko ogółem: 115.27 g; Tłuszcz: 55.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 292.50 g; W tym cukry: 70.57 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 1900.44 kcal; Białko ogółem: 108.66 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tł. nasy.: 13.91 g; Węglowodany ogółem: 274.63 g; W tym cukry: 54.35 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2232.66 kcal; Białko ogółem: 127.55 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 315.91 g; W tym cukry: 63.21 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2365.12 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw. tł. nasy.: 16.27 g; Węglowodany ogółem: 354.27 g; W tym cukry: 60.91 g; Błonnik pok.: 47.03 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2390.12 kcal; Białko ogółem: 122.54 g; Tłuszcz: 67.85 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 363.40 g; W tym cukry: 39.11 g; Błonnik pok.: 50.07 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2056.56 kcal; Białko ogółem: 104.56 g; Tłuszcz: 56.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 301.65 g; W tym cukry: 46.33 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 10.34 g;	Wartość energetyczna: 2209.26 kcal; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 11.74 g; Węglowodany ogółem: 339.96 g; W tym cukry: 82.04 g; Błonnik pok.: 55.44 g; Sól: 9.95 g;	Wartość energetyczna: 2335.75 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 72.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.39 g; Węglowodany ogółem: 352.57 g; W tym cukry: 55.46 g; Błonnik pok.: 47.32 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 1847.73 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 273.77 g; W tym cukry: 43.22 g; Błonnik pok.: 39.32 g; Sól: 6.71 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 żółdkowego	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 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna	
2026-08-09 niedziela	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE ,) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II/ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Ogórek świeży 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Ogórek świeży 50 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Jabłko pieczone 150 g Płatki owsiane 10 g (GLUOW ,)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Jabłko 150 g Płatki owsiane 10 g (GLUOW ,)			
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE ,)	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE ,) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE ,) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL ,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL ,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE ,)	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ ,)	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE ,)		
	PD				Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ ,)				Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ ,) Pomidor 50 g		
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE ,) Papryka świeża 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE ,) Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE ,) Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE ,) Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g Papryka świeża 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Papryka świeża 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g Papryka świeża 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Twarożek 100 g (MLE ,) Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE ,) Papryka świeża 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE ,) Papryka świeża 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
PN	Chalka 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE ,)				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Wafle ryżowe 30 g Jabłko 150 g	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ ,) Wafle ryżowe 30 g Jabłko 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyunka szkolna- wp, parzona 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2 ,) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szyunka szkolna- wp, parzona 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2 ,) Rzodkiew biała 50 g	Chalka 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE ,)		
	Wartość energetyczna: 2003.96 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 286.59 g; W tym cukry: 45.77 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2033.15 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Tłuszcz: 60.60 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 282.46 g; W tym cukry: 42.34 g; Błonnik pok.: 20.32 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2002.72 kcal; Białko ogółem: 99.40 g; Tłuszcz: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 18.37 g; Węglowodany ogółem: 289.05 g; W tym cukry: 45.53 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2305.50 kcal; Białko ogółem: 116.07 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 328.37 g; W tym cukry: 52.80 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2124.88 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 300.06 g; W tym cukry: 53.93 g; Błonnik pok.: 37.76 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2094.96 kcal; Białko ogółem: 101.78 g; Tłuszcz: 61.00 g; Kw. tł. nasy.: 16.96 g; Węglowodany ogółem: 323.80 g; W tym cukry: 53.54 g; Błonnik pok.: 41.25 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2035.13 kcal; Białko ogółem: 104.07 g; Tłuszcz: 59.95 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 290.29 g; W tym cukry: 51.89 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 1922.08 kcal; Białko ogółem: 116.28 g; Tłuszcz: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.80 g; Węglowodany ogółem: 278.53 g; W tym cukry: 62.07 g; Błonnik pok.: 48.93 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 1864.59 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 56.66 g; Kw. tł. nasy.: 18.30 g; Węglowodany ogółem: 277.04 g; W tym cukry: 47.72 g; Błonnik pok.: 34.37 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 1572.37 kcal; Białko ogółem: 81.75 g; Tłuszcz: 50.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 224.64 g; W tym cukry: 34.74 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 5.59 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 6M Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Rzodkiewka 100 g Dymna z wody 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Rzodkiewka 100 g Dymna z wody 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Rzodkiewka 100 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	
	II SN			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Jabłko 150 g Płatki pszenne 10g (GLU PSZ.) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynekowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Płatki pszenne 10g (GLU PSZ.) Jabłko pieczone 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Płatki pszenne 10g (GLU PSZ.) Jabłko 150 g		
2026-08-10 poniedziałek	Obiad Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Klaski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Sos jogurtowo-porczejkowy* 60 g (MLE) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klaski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porczejkowy* 60 g (MLE)	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klaski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porczejkowy* 60 g (MLE)	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pulpet mięsno-warzynny* (wieprzowy) 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pulpet mięsno-warzynny* (wieprzowy) 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pulpet mięsno-warzynny* (wieprzowy) 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda z cytryną 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet mięsno-warzynny* (wieprzowy) 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet mięsno-warzynny* (wieprzowy) 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	
	PD			Chrupki kukurydziane 20 g				Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szyńska Piasłowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g		
2026-08-11 wtorek	Kolacja Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Mixsałat 10 g Ogórek świeży 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Mixsałat 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Mixsałat 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Mixsałat 10 g Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Mixsałat 10 g Pomidor 100 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Ogórek świeży 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	
	PN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynekowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2659.28 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw. tł. nasy.: 40.34 g; Węglowodany ogółem: 372.92 g; W tym cukry: 89.75 g; Błonnik pok.: 39.81 g; Sol: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2621.96 kcal; Białko ogółem: 106.40 g; Tłuszcz: 88.27 g; Kw. tł. nasy.: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 370.55 g; W tym cukry: 87.09 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sol: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2497.52 kcal; Białko ogółem: 99.90 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 381.91 g; W tym cukry: 104.29 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sol: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2638.09 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 74.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 339.03 g; W tym cukry: 107.94 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sol: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2520.83 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 97.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 340.42 g; W tym cukry: 65.14 g; Błonnik pok.: 51.39 g; Sol: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2423.40 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 91.94 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 340.42 g; W tym cukry: 34.38 g; Błonnik pok.: 54.68 g; Sol: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2522.47 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 78.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 367.22 g; W tym cukry: 59.47 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sol: 9.36 g;	Wartość energetyczna: 2295.00 kcal; Białko ogółem: 119.31 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 323.07 g; W tym cukry: 71.66 g; Błonnik pok.: 59.37 g; Sol: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2244.62 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 79.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 319.24 g; W tym cukry: 56.02 g; Błonnik pok.: 45.52 g; Sol: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 1950.27 kcal; Białko ogółem: 88.44 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 31.09 g; Węglowodany ogółem: 250.26 g; W tym cukry: 42.29 g; Błonnik pok.: 36.69 g; Sol: 4.95 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 żółdkowego	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 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II SN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Łopatką zbojnicką wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicką wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Słupki z marchewki 50 g			
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Surowka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Sollerino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Surowka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Sollerino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Surowka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Surowka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Sollerino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Surowka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Sollerino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Surowka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Sollerino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Surowka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Surowka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Sollerino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Surowka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW.</u>) Jabłko 150 g			
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka łostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u> może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) 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 (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka łostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u> może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynka łostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u> może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2519.62 kcal; Białko ogółem: 107.89 g; Tłuszcz: 79.86 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 377.61 g; W tym cukry: 48.75 g; Błonnik pok.: 44.94 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2348.23 kcal; Białko ogółem: 103.64 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 352.52 g; W tym cukry: 42.65 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2339.83 kcal; Białko ogółem: 103.43 g; Tłuszcz: 66.53 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; Węglowodany ogółem: 352.47 g; W tym cukry: 42.47 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2717.10 kcal; Białko ogółem: 122.75 g; Tłuszcz: 79.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 405.11 g; W tym cukry: 66.87 g; Błonnik pok.: 34.82 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 2685.09 kcal; Białko ogółem: 123.42 g; Tłuszcz: 91.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 387.30 g; W tym cukry: 43.19 g; Błonnik pok.: 53.16 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2504.02 kcal; Białko ogółem: 116.23 g; Tłuszcz: 80.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 377.33 g; W tym cukry: 35.69 g; Błonnik pok.: 50.48 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2525.80 kcal; Białko ogółem: 114.45 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 369.99 g; W tym cukry: 37.54 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 10.51 g;	Wartość energetyczna: 2501.05 kcal; Białko ogółem: 120.09 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.52 g; Węglowodany ogółem: 375.48 g; W tym cukry: 46.37 g; Błonnik pok.: 48.99 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 2484.01 kcal; Białko ogółem: 110.02 g; Tłuszcz: 79.50 g; Kw. tł. nasy.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 374.74 g; W tym cukry: 46.37 g; Błonnik pok.: 48.99 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 1996.64 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz: 69.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.82 g; Węglowodany ogółem: 286.93 g; W tym cukry: 35.92 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sól: 6.00 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr.łuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żółdkowego	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.łuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
2026-08-12 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE , Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Buraczki gotowane 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL , Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE , Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE , Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II SN			Jabłko pieczone 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE , Płatki owsiane 10 g (GLU OW , Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (JAJ , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Papryka świeża 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE , Płatki owsiane 10 g (GLU OW , Jabłko pieczone 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE , Płatki owsiane 10 g (GLU OW , Jabłko 150 g		
Obiad	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE , Dymna duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ , Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Dymna duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ , Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE , Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Dymna duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ , Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE , Kalafior gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE , Kalafior gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE , Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE , Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE , Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	
	PD			Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 5 g (MLE , Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW , Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 5g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Słupki z marchewki 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW , Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 10g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE , Jabłko 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE , Jabłko 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE , Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE , Banan 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE , Banan 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE , Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE , Banan 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE , Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE , Schab gotowany 50 g Jabłko 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE , Jabłko 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE , Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE , Jabłko pieczone 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW , Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 10g Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE , Jabłko 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE , Jabłko 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE , Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
	PN	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE , Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW , Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 5g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g	
	Wartość energetyczna: 2053.17 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 319.01 g; W tym cukry: 71.86 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2094.26 kcal; Białko ogółem: 105.62 g; Tłuszcz: 51.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 319.11 g; W tym cukry: 72.50 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 2085.86 kcal; Białko ogółem: 105.41 g; Tłuszcz: 50.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; Węglowodany ogółem: 319.06 g; W tym cukry: 72.32 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 2398.23 kcal; Białko ogółem: 118.39 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 372.30 g; W tym cukry: 91.94 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 1983.88 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 53.23 g; Kw. tł. nasy.: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 305.44 g; W tym cukry: 60.83 g; Błonnik pok.: 39.86 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2070.13 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 54.43 g; Kw. tł. nasy.: 14.82 g; Węglowodany ogółem: 325.98 g; W tym cukry: 38.26 g; Błonnik pok.: 46.05 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2139.61 kcal; Białko ogółem: 110.35 g; Tłuszcz: 54.83 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 321.76 g; W tym cukry: 63.50 g; Błonnik pok.: 30.63 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 1901.63 kcal; Białko ogółem: 116.10 g; Tłuszcz: 36.03 g; Kw. tł. nasy.: 11.48 g; Węglowodany ogółem: 303.37 g; W tym cukry: 72.43 g; Błonnik pok.: 49.43 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 1835.71 kcal; Białko ogółem: 99.82 g; Tłuszcz: 48.69 g; Kw. tł. nasy.: 18.96 g; Węglowodany ogółem: 283.98 g; W tym cukry: 57.26 g; Błonnik pok.: 36.10 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 1517.24 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 43.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 221.20 g; W tym cukry: 44.12 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 4.86 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 zołogkowego	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.łluszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
2026-08-13 czwartek	Śniadania	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL ,) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL ,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL ,) Pasta warzywna* 100 g (SEL ,) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL ,) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,)	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 500 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL ,) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL ,) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL ,) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL ,) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jako gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 50 g (MLE ,) Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Płatki owsiane 10 g (GLU OW ,) Jabłko 150 g		
2026-08-13 czwartek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL ,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ ,) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL ,) Kompot owocowy z truskawkami* 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 Kompot owocowy z truskawkami* 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 Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, 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 Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL ,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* 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 * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ ,) Łopatką wiewprzowa pieczona 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL ,) Brokuł gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ ,) Łopatką wiewprzowa pieczona 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL ,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Łopatką wiewprzowa pieczona 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Pastą z tofu i marchewki 100g (SOJ ,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pastą z tofu i marchewki 100g (SOJ ,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pastą z tofu i marchewki 100 g (SOJ ,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)
2026-08-13 czwartek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pastą z tofu i marchewki 100g (SOJ ,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pastą z tofu i marchewki 100g (SOJ ,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pastą z tofu i marchewki 100g (SOJ ,) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pastą z tofu i marchewki 100g (SOJ ,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pastą z tofu i marchewki 100g (SOJ ,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pastą z tofu i marchewki 100g (SOJ ,) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Pastą z tofu i marchewki 100g (SOJ ,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pastą z tofu i marchewki 100g (SOJ ,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pastą z tofu i marchewki 100 g (SOJ ,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Sałata 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkami białka wiewprzowego 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkami białka wiewprzowego 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkami białka wiewprzowego 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Pomidor 50 g	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ ,)	
	Wartość energetyczna: 2525.05 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; W tym cukry: 58.99 g; Błonnik pok.: 39.11 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2536.10 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 75.85 g; Kw. tł. nasy.: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 58.92 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2527.70 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 426.62 g; W tym cukry: 56.64 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 3090.35 kcal; Białko ogółem: 124.17 g; Tłuszcz: 94.01 g; Kw. tł. nasy.: 38.16 g; Węglowodany ogółem: 349.63 g; W tym cukry: 72.60 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2487.56 kcal; Białko ogółem: 114.41 g; Tłuszcz: 90.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 340.42 g; W tym cukry: 37.72 g; Błonnik pok.: 51.10 g; Sól: 9.15 g;	Wartość energetyczna: 2275.56 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 79.85 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 340.42 g; W tym cukry: 37.72 g; Błonnik pok.: 51.20 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 3838.39 kcal; Białko ogółem: 151.29 g; Tłuszcz: 91.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 635.28 g; W tym cukry: 71.27 g; Błonnik pok.: 37.32 g; Sól: 13.54 g;	Wartość energetyczna: 2370.20 kcal; Białko ogółem: 126.05 g; Tłuszcz: 66.91 g; Kw. tł. nasy.: 16.80 g; Węglowodany ogółem: 342.90 g; W tym cukry: 82.91 g; Błonnik pok.: 55.70 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2486.67 kcal; Białko ogółem: 114.65 g; Tłuszcz: 76.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 341.96 g; W tym cukry: 58.48 g; Błonnik pok.: 42.42 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 1952.32 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 66.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 242.41 g; W tym cukry: 43.41 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 6.81 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 żółdkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/M L Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Nektarynka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Nektarynka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Nektarynka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 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>) Papryka świeża 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 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek extra. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Nektarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek extra. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Nektarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 50 g		
Obiad	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD				Bizkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szynkowa depbowa drobiowa kielbasa grubo rozrobiona 30 g Pomidor 50 g		
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa.wędzona.z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ</u>) Mix sałat 10 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa.wędzona.z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ</u>) Mix sałat 10 g Cukinia pieczona z olejem * 100 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa.wędzona.z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ</u>) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa.wędzona.z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ</u>) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
PN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Arbuz 200 g Płatki owsiane 10 g (<u>GLUOW.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 5 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLUOW.</u>) Arbuz 200 g		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 1973.46 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 62.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 283.27 g; W tym cukry: 54.03 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2024.55 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz: 58.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 299.08 g; W tym cukry: 50.64 g; Błonnik pok.: 21.30 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 1981.57 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 13.61 g; Węglowodany ogółem: 304.34 g; W tym cukry: 55.24 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2174.08 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 342.90 g; W tym cukry: 76.93 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2119.70 kcal; Białko ogółem: 98.56 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; Węglowodany ogółem: 314.08 g; W tym cukry: 71.07 g; Błonnik pok.: 37.65 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 1959.80 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 65.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.05 g; Węglowodany ogółem: 289.60 g; W tym cukry: 31.62 g; Błonnik pok.: 40.22 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2161.66 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 60.96 g; Kw. tł. nasy.: 15.29 g; Węglowodany ogółem: 324.62 g; W tym cukry: 46.21 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 2168.82 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 55.23 g; Kw. tł. nasy.: 11.95 g; Węglowodany ogółem: 329.93 g; W tym cukry: 78.72 g; Błonnik pok.: 50.22 g; Sól: 9.55 g;	Wartość energetyczna: 1995.48 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz: 59.34 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; Węglowodany ogółem: 302.73 g; W tym cukry: 54.42 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 1580.21 kcal; Białko ogółem: 73.54 g; Tłuszcz: 57.30 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 220.95 g; W tym cukry: 41.35 g; Błonnik pok.: 29.47 g; Sól: 4.51 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. wydź.soku żółdkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.latwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl. i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna									
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (<u>może zawierać: GOR.</u> .) Kalarepa 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u> .)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (<u>może zawierać: GOR.</u> .) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u> .)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>MLE</u> .) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL.</u> .) Brokoli gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL.</u> .) Brokoli gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>MLE</u> .) Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (<u>może zawierać: GOR.</u> .) Kalarepa 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL.</u> .) Brokoli gotowany* 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>MLE</u> .) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL.</u> .) Kalarepa 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> .) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL.</u> .) Kalarepa 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL.</u> .) Kalarepa 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml									
	II SN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> .) Płatki owsiane 10 g (<u>GLUOW.</u> .) Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> .) Płatki owsiane 10 g (<u>GLUOW.</u> .) Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> .) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u> .) Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> .) Płatki owsiane 10 g (<u>GLUOW.</u> .) Jabłko 150 g											
2026-08-15 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u> .) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u> .) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u> .) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u> .) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u> .) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u> .) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u> .) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u> .) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u> .) Woda z cytryną 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u> .) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u> .) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u> .) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100 g Kukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR</u> .) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml								
	PD			Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa.wędzona.z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ</u> .)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> .) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa.wędzona.z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ</u> .) Słupki z marchewki 50 g												
2026-08-15 sobota	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Hummus z ciecierzycy 100 g Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u> .) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)	Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>MLE</u> .) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u> .) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)	Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u> .) Dymia z wody 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 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 (<u>MLE</u> .) Hummus z ciecierzycy 100 g Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>MLE</u> .) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u> .) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> .) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u> .) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>MLE</u> .) Hummus z ciecierzycy 100 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u> .) Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)									
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u> .) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (<u>MLE</u> .) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u> .) Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u> .) Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u> .) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (<u>MLE</u> .) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u> .) Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (<u>MLE</u> .) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u> .) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> .) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u> .) Ogórek kiszony 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (<u>MLE</u> .) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u> .) Sałata zielona 5 g		Wartość energetyczna: 2651.63 kcal; Białko ogółem: 115.49 g; Tłuszcz: 102.24 g; Kw. tł. nasy.: 37.98 g; Węglowodany ogółem: 349.85 g; W tym cukry: 59.55 g; Błonnik pok.: 40.64 g; Sól: 11.38 g;	Wartość energetyczna: 2477.08 kcal; Białko ogółem: 118.50 g; Tłuszcz: 86.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.04 g; Węglowodany ogółem: 324.95 g; W tym cukry: 56.51 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 11.05 g;	Wartość energetyczna: 2195.47 kcal; Białko ogółem: 125.39 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.18 g; Węglowodany ogółem: 312.61 g; W tym cukry: 45.51 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2539.01 kcal; Białko ogółem: 125.39 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 352.54 g; W tym cukry: 53.90 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sól: 11.11 g;	Wartość energetyczna: 2388.76 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 82.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 330.20 g; W tym cukry: 28.05 g; Błonnik pok.: 44.83 g; Sól: 10.91 g;	Wartość energetyczna: 2280.28 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 82.62 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 330.20 g; W tym cukry: 28.05 g; Błonnik pok.: 44.83 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 2200.49 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 66.38 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 317.35 g; W tym cukry: 33.76 g; Błonnik pok.: 28.61 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 2069.02 kcal; Białko ogółem: 106.98 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 13.05 g; Węglowodany ogółem: 301.05 g; W tym cukry: 62.86 g; Błonnik pok.: 53.28 g; Sól: 13.04 g;	Wartość energetyczna: 1986.70 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; Węglowodany ogółem: 286.62 g; W tym cukry: 29.77 g; Błonnik pok.: 43.06 g; Sól: 6.58 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 żółdkowego	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 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna	
2026-08-16 niedziela	Śniadania	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna duża krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Buraczki gotowane 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 15 g Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, 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 osłonie niejadalnej 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 15 g Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Buraczki gotowane 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 15 g Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II/ŚN			Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 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 kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 50 g			
2026-08-16 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kuski śląskie* 180 g (<u>JAJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kuski śląskie* 180 g (<u>JAJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Mizerna 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kuski śląskie* 180 g (<u>JAJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml		Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Mizerna 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Mizerna 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Mizerna 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Mizerna 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Mizerna 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 50 g			
2026-08-16 niedziela	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Sałata 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 duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 15 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 15 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 15 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) 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 (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Rzepa biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) 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 (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Rzepa biała 50 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2396.26 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 84.68 g; Kw. tł. nasy.: 36.61 g; Węglowodany ogółem: 328.66 g; W tym cukry: 69.26 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2419.73 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 82.73 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 325.10 g; W tym cukry: 65.61 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2427.83 kcal; Białko ogółem: 112.29 g; Tłuszcz: 82.73 g; Kw. tł. nasy.: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 325.10 g; W tym cukry: 66.24 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2734.67 kcal; Białko ogółem: 128.31 g; Tłuszcz: 91.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 367.93 g; W tym cukry: 76.74 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 9.78 g;	Wartość energetyczna: 2372.80 kcal; Białko ogółem: 120.87 g; Tłuszcz: 89.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 312.88 g; W tym cukry: 50.97 g; Błonnik pok.: 40.51 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2178.33 kcal; Białko ogółem: 111.11 g; Tłuszcz: 74.53 g; Kw. tł. nasy.: 17.55 g; Węglowodany ogółem: 310.38 g; W tym cukry: 33.66 g; Błonnik pok.: 44.74 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2384.22 kcal; Białko ogółem: 133.33 g; Tłuszcz: 79.72 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 321.41 g; W tym cukry: 43.02 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2283.30 kcal; Białko ogółem: 133.16 g; Tłuszcz: 70.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 292.16 g; W tym cukry: 62.80 g; Błonnik pok.: 52.31 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 2118.93 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 73.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 221.94 g; W tym cukry: 48.56 g; Błonnik pok.: 34.37 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 1698.25 kcal; Białko ogółem: 91.25 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 221.94 g; W tym cukry: 48.56 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 6.32 g;	

		W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</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 ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szyńska luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, SEL,</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>) Bułka pszenna pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło pszenne 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 ŻYT, 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>) Mielony schab z marchewką 50 g Brokol gotowany* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</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 kwaszony małosolny 100 g (<u>GOR,</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, 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 Brokol gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g							
	Obiad	Zupa wiośenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z truskawek* b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiośenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 50 g (<u>MLE,</u>) Mus z truskawek* b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiośenna z cukinią i 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 truskawek* b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiośenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Mięso drobiowe mielone w sosie w/l 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Szynek gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiośenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka, glutenu) 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szczynek gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiośenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka, glutenu) 400 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ,</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (<u>SEL,</u>) Szczynek gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z truskawek* b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szyńska zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>)							
	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Kanapkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR,</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>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynekowa Extra- wędzonka wiewprzowa,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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</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 wiewprzowej 50 g (<u>SOJ,</u>) Kalaflor 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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska 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>GLUPSZ, 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>) 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 o zaw.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 pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2630.55 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 80.23 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 382.59 g; W tym cukry: 71.07 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 11.41 g;	Wartość energetyczna: 1713.96 kcal; Białko ogółem: 61.02 g; Tłuszcz: 45.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 281.01 g; W tym cukry: 33.41 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2302.73 kcal; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 333.32 g; W tym cukry: 81.31 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2151.01 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 281.46 g; W tym cukry: 50.49 g; Błonnik pok.: 21.60 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2066.41 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 14.35 g; Węglowodany ogółem: 256.56 g; W tym cukry: 25.00 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2055.78 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 14.35 g; Węglowodany ogółem: 255.79 g; W tym cukry: 40.65 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 5.21 g;	Wartość energetyczna: 2494.24 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 85.89 g; Kw. tł. nasy.: 41.18 g; Węglowodany ogółem: 342.40 g; W tym cukry: 68.00 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 10.37 g;	Wartość energetyczna: 1914.80 kcal; Białko ogółem: 105.69 g; Tłuszcz: 43.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.80 g; Węglowodany ogółem: 292.35 g; W tym cukry: 60.17 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 5.52 g;

		W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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
2026-08-04 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza mannana na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Twarożek 100 g (MLE) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, możezawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Brzoskwinia 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II Śni	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g							
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL) Buraczki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kopyta ziemniaczane * 300 g (GLU PSZ, JAJ) Buraczki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez soli) * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (bez soli) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* (bez soli) 180 g (SEL) Buraczki gotowane (bez soli) 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Mięso wieprzowe mielone w sosie w 100 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL) Buraczki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml (SEL) Ryż na sypko 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL) Buraczki gotowane 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 180 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 180 g (GLU PSZ, SEL) Surowka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECA)							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g (GLU PSZ, JAJ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta wędliny wieprzowej 50 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Rolada z łopatkki wieprzowej pieczona 100 g (GLU PSZ, JAJ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, możezawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) 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 (MLE)				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g
		Wartość energetyczna: 2664.18 kcal; Białko ogółem: 119.47 g; Tłuszcz: 89.61 g; Kw. tł. nasy.: 35.80 g; Węglowodany ogółem: 371.84 g; W tym cukry: 69.25 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sol: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2050.31 kcal; Białko ogółem: 63.30 g; Tłuszcz: 52.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; W tym cukry: 40.51 g; Błonnik pok.: 23.32 g; Sol: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2166.49 kcal; Białko ogółem: 100.91 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 313.26 g; W tym cukry: 60.63 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sol: 4.17 g;	Wartość energetyczna: 2128.84 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 71.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 285.42 g; W tym cukry: 60.63 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sol: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2273.46 kcal; Białko ogółem: 95.90 g; Tłuszcz: 73.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.52 g; Węglowodany ogółem: 328.51 g; W tym cukry: 40.02 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sol: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2071.92 kcal; Białko ogółem: 78.85 g; Tłuszcz: 71.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; W tym cukry: 56.14 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sol: 3.41 g;	Wartość energetyczna: 2484.60 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 82.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 368.39 g; W tym cukry: 61.92 g; Błonnik pok.: 37.44 g; Sol: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2244.05 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 63.04 g; Kw. tł. nasy.: 17.53 g; Węglowodany ogółem: 330.54 g; W tym cukry: 49.00 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sol: 5.16 g;

		W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa
2026-08-05 środa	Sniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) 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 (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab gotowany 50 g 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg 50 g (MLE,)							
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode 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 truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL,) Pierogi z truskawkami * 300 g (GLU PSZ,) Mus z jabłek prażonych 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane (bez soli) 180 g Pulpet drobiowy (bez soli) 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy (bez soli)* 80 ml (GLUPSZ, MLE,) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Mieś drobiowe mielone w sosie tł 100 g (GLU PSZ,) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ,) 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 truskawkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2,) Pierogi ukraińskie 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE,)							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z wędliny drobiowej 50 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 50 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) 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 (MLE,)
	PN	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta z wędliny drobiowej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Cukinia pieczona z olejem * 50 g	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g
		Wartość energetyczna: 2403.12 kcal; Białko ogółem: 120.27 g; Tłuszcz: 70.54 g; Kw. tł. nasy.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 339.73 g; W tym cukry: 69.14 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2191.37 kcal; Białko ogółem: 67.68 g; Tłuszcz: 49.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 379.36 g; W tym cukry: 71.06 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 4.71 g;	Wartość energetyczna: 2006.39 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 57.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; W tym cukry: 53.03 g; Błonnik pok.: 21.70 g; Sól: 4.37 g;	Wartość energetyczna: 2238.74 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 29.22 g; Węglowodany ogółem: 303.34 g; W tym cukry: 43.57 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 1867.90 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 50.37 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 278.93 g; W tym cukry: 36.30 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2105.77 kcal; Białko ogółem: 111.80 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 269.58 g; W tym cukry: 51.56 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2349.36 kcal; Białko ogółem: 108.39 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 329.20 g; W tym cukry: 52.94 g; Błonnik pok.: 22.30 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2120.50 kcal; Białko ogółem: 128.64 g; Tłuszcz: 57.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; Węglowodany ogółem: 288.81 g; W tym cukry: 26.86 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 6.41 g;

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa	
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wierzcho.wędzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Kasza mannana na mleku 300 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Dymia z wody 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) 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 ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)							
2026-08-06 czwartek	Obiad	Ziemiacczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jezczienne z mięsem wierzchowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 300 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Brokuł gotowany z olejem * 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez soli) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jezczienne z mięsem wp i warzywami (bez soli)* 300 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy (bez soli) 80 ml (GLU, PSZ.) Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Masło wierzcho.mielone w sosie w 100 g (GLU, PSZ.) Ziemiaki młode gotowane puree 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Kaszotto jezczienne z mięsem wierzchowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (400 ml (SEL.)) Ziemiaki młode 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 truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g (GLU, PSZ.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.)
	PD	Biszkopty 30 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.)							
2026-08-06 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.)	Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny wierzchojowej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mini serniczki z mussem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wierzcho.wędzona 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Mini serniczki z mussem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny wierzchojowej 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Marchew gotowana z olejem* 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 30 g	Mini serniczki z mussem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 30 g	
2026-08-06 czwartek		Wartość energetyczna: 2716.27 kcal; Białko ogółem: 117.70 g; Tłuszcz: 31.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.80 g; Węglowodany ogółem: 376.08 g; W tym cukry: 93.35 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2282.97 kcal; Białko ogółem: 62.00 g; Tłuszcz: 61.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 386.27 g; W tym cukry: 49.78 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sól: 11.49 g;	Wartość energetyczna: 2509.33 kcal; Białko ogółem: 118.55 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 317.83 g; W tym cukry: 75.24 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 2474.28 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 88.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 344.05 g; W tym cukry: 52.99 g; Błonnik pok.: 32.39 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2278.34 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 70.75 g; Kw. tł. nasy.: 14.30 g; Węglowodany ogółem: 344.05 g; W tym cukry: 52.99 g; Błonnik pok.: 32.39 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2299.87 kcal; Białko ogółem: 109.91 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 298.12 g; W tym cukry: 64.25 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 3.01 g;	Wartość energetyczna: 2672.52 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 92.88 g; Kw. tł. nasy.: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 282.13 g; W tym cukry: 78.52 g; Błonnik pok.: 37.08 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2090.22 kcal; Białko ogółem: 119.97 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 282.13 g; W tym cukry: 26.41 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 6.35 g;

		W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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
2026-08-07 pątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u> ,) Pasta z brokuła * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u> ,) Pasta z brokuła * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z wędliny drobiowej 50 g Pasta z brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,)	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z wędliny drobiowej 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u> ,) Pasta z brokuła * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u> ,) Pasta z brokuła * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) 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	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,)							
	Obiad	Szpinalkowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u> ,) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u> ,) Kalańfort gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinalkowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Pierogi z truskawkami * 300 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Mus z jabłek prażonych 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinalkowa z zacierką *(bez soli) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki młode gotowane (bez soli) 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u> ,) Sos cytrynowy (bez soli) 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (<u>SEL</u> ,) Kalańfort gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krem z zielonych warzyw 400 ml (<u>SEL</u> ,) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g mielona Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u> ,) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u> ,) Kalańfort gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinalkowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u> ,) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u> ,) Kalańfort gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinalkowa z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (<u>SEL</u> ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u> ,) Sos cytrynowy (bez glutenu) 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u> ,) Kalańfort gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinalkowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u> ,) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Surowka z kapuszy czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u> ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u> ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 100 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,) Mix sałat 10 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 100 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 100 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 100 g (<u>MLE</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 100 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 100 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek półtłusty 100 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u> ,)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z wędliny wieprzowej 30 g (<u>SOJ</u> ,) Buraczki gotowane 50 g	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt			Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 30 g
		Wartość energetyczna: 2406.43 kcal; Białko ogółem: 113.07 g; Tłuszcz: 87.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 308.85 g; W tym cukry: 59.47 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2330.68 kcal; Białko ogółem: 69.11 g; Tłuszcz: 60.19 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 391.98 g; W tym cukry: 57.90 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2031.95 kcal; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz: 68.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 270.83 g; W tym cukry: 52.76 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 2330.99 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 83.66 g; Kw. tł. nasy.: 35.31 g; Węglowodany ogółem: 298.19 g; W tym cukry: 62.62 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 1851.29 kcal; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 59.65 g; Kw. tł. nasy.: 12.73 g; Węglowodany ogółem: 260.65 g; W tym cukry: 38.16 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 1996.89 kcal; Białko ogółem: 81.35 g; Tłuszcz: 74.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 263.84 g; W tym cukry: 50.44 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 2095.12 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 75.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 272.11 g; W tym cukry: 52.74 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2196.03 kcal; Białko ogółem: 110.83 g; Tłuszcz: 69.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 298.57 g; W tym cukry: 39.75 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 6.74 g;

		W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa
2026-08-08 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyńska lukusowska dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.)	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (MLE, GLUPSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyńska lukusowska dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyńska lukusowska dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny drobiowej 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyńska gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyńska gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.) Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska gotowany 50 g Cukier 5 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II Śni	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE.)							
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Sałata z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (MLE, SEL.) Knedle z truskawkami* 300 g (GLU, PSZ.) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez soli)* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemiaki młode gotowane (bez soli) 180 g Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 100 g Sos pietruszkowy (bez soli)* 80 ml (GLUPSZ, MLE.) Sałata z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) 100 g Brokul gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemiaki młode gotowane puree 180 g Mięso wiewprzowe mielone w sosie w 100 g (GLU, PSZ.) Brokul gotowany* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Sałata z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Knedle z truskawkami* 300 g (GLU, PSZ.) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Brokul gotowany* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyńska Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyńska Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata 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 (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny wiewprzowej 50 g (SOJ.) Buraczki gotowane 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztecik z soczewicy* 100 g (JAL.) Sałata wiosenna 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Brokul gotowany 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) pasta z wędliny drobiowej 30 g (SOJ, SEL.) Kalafor gotowany* 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) pasta z wędliny drobiowej 30 g Kalafor gotowany* 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 50 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńska gotowany 30 g
	Wartość energetyczna: 2393.54 kcal; Białko ogółem: 134.23 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 333.53 g; W tym cukry: 79.37 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 1903.74 kcal; Białko ogółem: 44.68 g; Tłuszcz: 38.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 363.33 g; W tym cukry: 48.08 g; Błonnik pok.: 18.44 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 1956.79 kcal; Białko ogółem: 122.76 g; Tłuszcz: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 277.76 g; W tym cukry: 59.03 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 4.32 g;	Wartość energetyczna: 2176.25 kcal; Białko ogółem: 100.85 g; Tłuszcz: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 301.89 g; W tym cukry: 49.23 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 1927.75 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 45.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.30 g; Węglowodany ogółem: 299.96 g; W tym cukry: 46.20 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2030.51 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 289.10 g; W tym cukry: 55.36 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 2.65 g;	Wartość energetyczna: 2655.86 kcal; Białko ogółem: 106.67 g; Tłuszcz: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 399.09 g; W tym cukry: 69.78 g; Błonnik pok.: 21.22 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 1932.76 kcal; Białko ogółem: 114.93 g; Tłuszcz: 42.26 g; Kw. tł. nasy.: 11.75 g; Węglowodany ogółem: 289.24 g; W tym cukry: 41.46 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sól: 5.75 g;	

		W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
2026-08-09 niedziela	Śniadania	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z wędliny drobiowej 50 g (GLU PSZ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Pasta z wędliny drobiowej 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Paszet z ciecierzycy 100 g (JAJ,) Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL,) Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II/ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)							
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Brokol gotowany* 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL,) Kluskі śląskie* 300 g (JAJ,) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Brokol gotowany* 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane (bez soli) 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s (bez soli) 100 g Sos koperkowy (bez soli) 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Brokol gotowany (bez soli)* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Mięso drobiowe mielone w sosie w 100 g (GLU PSZ,) Brokol gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ,) Brokol gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 80 ml Brokol gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Kotlety sojowe panierowane 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Brokol gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml [For] x 100 g (SEL,)
	PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szyunka Pastoska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,)							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE,) Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Lopatka zbijniczka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE,) Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE,) Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE,) Papryka świeża 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g
PN		Chalka 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,)			Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta z wędliny wieprzowej 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOJ,) Buraczki gotowane plasterki 50 g	Wafle ryżowe 30 g		Chalka 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,)	
		Wartość energetyczna: 2319.53 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 321.77 g; W tym cukry: 46.95 g; Błonnik pok.: 21.82 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2011.05 kcal; Białko ogółem: 56.99 g; Tłuszcz: 55.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 338.17 g; W tym cukry: 28.02 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2029.86 kcal; Białko ogółem: 105.58 g; Tłuszcz: 57.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 288.32 g; W tym cukry: 45.26 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 2217.95 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 74.79 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 296.34 g; W tym cukry: 44.49 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 1802.71 kcal; Białko ogółem: 90.40 g; Tłuszcz: 47.70 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 270.84 g; W tym cukry: 22.02 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 1910.32 kcal; Białko ogółem: 87.14 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 268.37 g; W tym cukry: 37.47 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 2.61 g;	Wartość energetyczna: 2385.97 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 80.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 343.27 g; W tym cukry: 48.29 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 1998.19 kcal; Białko ogółem: 103.98 g; Tłuszcz: 58.49 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; Węglowodany ogółem: 279.83 g; W tym cukry: 32.96 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 5.79 g;

		W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa
2026-08-10 poniedziałek	Śniadania	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Buraczki z jabłkiem b/c b/s 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny drobiowej 50 g (SOJ, SEL.) Dymia z wody 100 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 15 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Dymia z wody 100 g Sałata zielona 10 g Cukier 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)							
	Obiad	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kuski leniwe z serem 300 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Surowka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porczkowy* 60 g (MLE.)	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL.) Kuski leniwe z serem 200 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Surowka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez soli) 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kuski leniwe z serem 300 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Surowka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porczkowy* 60 g (MLE.)	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Mięso wieprzowe mielone w sosie w 100 g (GLU, PSZ.) Ziemniaki mielone gotowane puree 180 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL.) Pulpet mięsno-warzynny (wieprzowy) 100 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Ryz na sypko 180 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL.) Pulpet mięsno-warzynny (wieprzowy) 100 g (JAJ, SEL.) Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Ryz na sypko 180 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kuski leniwe z serem 300 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Surowka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porczkowy* 60 g (MLE.)	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ryz na sypko 180 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g							
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Mixsałat 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Mixsałat 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Mixsałat 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Buraczki gotowane 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Mixsałat 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Mixsałat 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Mixsałat 10 g Ogórek świeży 100 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.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 (MLE.)				Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2769.56 kcal; Białko ogółem: 113.28 g; Tłuszcz: 91.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.80 g; Węglowodany ogółem: 393.38 g; W tym cukry: 92.29 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sol: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 1974.98 kcal; Białko ogółem: 66.28 g; Tłuszcz: 62.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 308.13 g; W tym cukry: 52.74 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sol: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2539.13 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kw. tł. nasy.: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 365.26 g; W tym cukry: 85.70 g; Błonnik pok.: 30.61 g; Sol: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2116.65 kcal; Białko ogółem: 98.68 g; Tłuszcz: 72.28 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; Węglowodany ogółem: 277.80 g; W tym cukry: 54.12 g; Błonnik pok.: 19.20 g; Sol: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2106.69 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 67.66 g; Kw. tł. nasy.: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; W tym cukry: 42.93 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sol: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 2119.61 kcal; Białko ogółem: 80.16 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 288.95 g; W tym cukry: 54.28 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sol: 2.67 g;	Wartość energetyczna: 2620.98 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz: 89.26 g; Kw. tł. nasy.: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 394.58 g; W tym cukry: 103.63 g; Błonnik pok.: 42.40 g; Sol: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2035.08 kcal; Białko ogółem: 106.24 g; Tłuszcz: 46.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.60 g; Węglowodany ogółem: 309.46 g; W tym cukry: 62.56 g; Błonnik pok.: 20.00 g; Sol: 5.15 g;

		W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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 Trzustkowa
2026-08-11 wtorek	Śniadania	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z szynki wieprzowej 50 g (<u>SOJ,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana 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 Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Hummus z ciecierzycy 100 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) 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 SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 5 g							
	Obiad	Solferino* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń ryńska drobiowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kluskę śląskie* 300 g (<u>JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez soli) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń ryńska drobiowa (bez soli) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy (bez soli) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g Szpinak gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Mięso drobiowe mielone w sosie w 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pieczeń ryńska drobiowa 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ,</u>) Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kasza ziołowa z tofu * 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Ziemniaki młode gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>)							
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryb gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	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>) Pasta z ryb gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
PN		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt							
		Wartość energetyczna: 2670.51 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 78.74 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 405.05 g; W tym cukry: 51.45 g; Błonnik pok.: 31.95 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2139.97 kcal; Białko ogółem: 63.10 g; Tłuszcz: 62.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 352.52 g; W tym cukry: 27.28 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2120.94 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 58.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 307.33 g; W tym cukry: 42.65 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2131.28 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 71.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 287.73 g; W tym cukry: 45.81 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2142.29 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 56.58 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; Węglowodany ogółem: 334.65 g; W tym cukry: 24.89 g; Błonnik pok.: 32.11 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2026.19 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 268.44 g; W tym cukry: 42.17 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sól: 3.37 g;	Wartość energetyczna: 2574.42 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; Tłuszcz: 90.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 369.22 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 49.19 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2135.26 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 308.42 g; W tym cukry: 34.60 g; Błonnik pok.: 31.28 g; Sól: 6.05 g;

		W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa
2026-08-12 Środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadanej 40 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza mannana na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (GLU PSZ) (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadanej 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) 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
	II SN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)							
	Obiad	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Kopytka ziemniaczane * 300 g (GLU PSZ, JAJ) Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane (bez soli) 180 g Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* (bez soli) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 100 g Sos bazylkowy (bez soli)* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane (bez soli) 180 g Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (SEL, PSZ, JAJ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy (bez glutenu)* 80 ml (SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Dymia duszona z marchewką * (bez glutenu) 100 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Płatki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Dymia duszona z marchewką * 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE)	Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) 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 (SEZ, może zawierać: ORZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g
		Wartość energetyczna: 2366.46 kcal; Białko ogółem: 120.80 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.25 g; Węglowodany ogółem: 355.99 g; W tym cukry: 77.73 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2307.47 kcal; Białko ogółem: 65.43 g; Tłuszcz: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 399.20 g; W tym cukry: 47.59 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 5.01 g;	Wartość energetyczna: 2154.85 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 52.08 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 323.77 g; W tym cukry: 73.11 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2202.01 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 63.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 322.16 g; W tym cukry: 76.36 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2035.40 kcal; Białko ogółem: 104.36 g; Tłuszcz: 43.77 g; Kw. tł. nasy.: 12.09 g; Węglowodany ogółem: 325.63 g; W tym cukry: 48.94 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2098.22 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 61.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 304.36 g; W tym cukry: 61.87 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 3.30 g;	Wartość energetyczna: 2425.17 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz: 94.31 g; Kw. tł. nasy.: 39.31 g; Węglowodany ogółem: 338.88 g; W tym cukry: 77.90 g; Błonnik pok.: 32.68 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2192.24 kcal; Białko ogółem: 117.26 g; Tłuszcz: 49.84 g; Kw. tł. nasy.: 14.66 g; Węglowodany ogółem: 333.30 g; W tym cukry: 58.15 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 5.33 g;

		W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa
2026-08-13 czwartek	Śniadania	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka lukusowa dr. parzona z dodatkami białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) 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 (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Sałata zielona z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z wędliny drobiowej 50 g (SOJ, SEL,) Pasta warzywna* 100 g (SEL,) Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) 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 (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE,) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Pasta warzywna* 100 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	ISN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg 50 g (MLE,)							
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, SEL,) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * bez soli 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron (bez soli) 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 180 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemiaki młode gotowane puree 180 g Mięso wieprzowe mielone w sosie w 100 g (GLU PSZ,) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, glutenu) * 400 ml (SEL,) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) bez glutenu 150 g (SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z warzywami i serem żółtym 300 g (GLU PSZ, MLE,) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,) Łopatką wieprzowa pieczona 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,)							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) 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 Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ,) Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) 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,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)
	PN	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ,)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ,)
		Wartość energetyczna: 2955.04 kcal; Białko ogółem: 121.13 g; Tłuszcz: 88.31 g; Kw. tł. nasy.: 37.86 g; Węglowodany ogółem: 409.07 g; W tym cukry: 58.58 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 1911.44 kcal; Białko ogółem: 59.04 g; Tłuszcz: 41.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 314.14 g; W tym cukry: 30.14 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2534.41 kcal; Białko ogółem: 116.56 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 336.62 g; W tym cukry: 52.32 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 4.62 g;	Wartość energetyczna: 2333.43 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 77.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 318.43 g; W tym cukry: 78.61 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 7.00 g;	Wartość energetyczna: 2002.46 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz: 59.44 g; Kw. tł. nasy.: 13.05 g; Węglowodany ogółem: 307.98 g; W tym cukry: 43.74 g; Błonnik pok.: 26.09 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 1958.93 kcal; Białko ogółem: 72.14 g; Tłuszcz: 70.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 271.80 g; W tym cukry: 59.61 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 3.08 g;	Wartość energetyczna: 2708.58 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 105.44 g; Kw. tł. nasy.: 55.25 g; Węglowodany ogółem: 348.68 g; W tym cukry: 59.58 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2238.76 kcal; Białko ogółem: 112.05 g; Tłuszcz: 59.62 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 299.73 g; W tym cukry: 41.72 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 6.11 g;

		W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Nektarynka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Nektarynka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza mannana na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Nektarynka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Nektarynka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Nektarynka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Cukier 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)							
	Obiad	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Pierogi z truskawkami * 300 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez soli)* 400 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) (bez soli) 100 g (RYB) Sos majerankowy (bez soli) 80 ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane (bez soli) 180 g Warzywa po grecku* (bez soli) 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi z truskawkami (Miruna) 100 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 80 g (JAJ, RYB) Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Warzywa po grecku* (bez glutenu) 100 g (SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (RYB) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surowka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Pulpet rybny (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL)
	PD	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) 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 (MLE)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2187.35 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 62.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 328.32 g; W tym cukry: 64.66 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 1975.61 kcal; Białko ogółem: 69.14 g; Tłuszcz: 50.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; Węglowodany ogółem: 337.40 g; W tym cukry: 53.77 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2012.86 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 286.99 g; W tym cukry: 54.41 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sól: 4.72 g;	Wartość energetyczna: 2134.47 kcal; Białko ogółem: 103.63 g; Tłuszcz: 66.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 294.41 g; W tym cukry: 56.80 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 1790.95 kcal; Białko ogółem: 74.54 g; Tłuszcz: 47.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.67 g; Węglowodany ogółem: 284.84 g; W tym cukry: 39.56 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 1884.09 kcal; Białko ogółem: 73.97 g; Tłuszcz: 64.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 265.05 g; W tym cukry: 47.90 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 2.91 g;	Wartość energetyczna: 1955.23 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 62.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 279.21 g; W tym cukry: 53.64 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 5.96 g;	Wartość energetyczna: 2027.36 kcal; Białko ogółem: 84.59 g; Tłuszcz: 47.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.16 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; W tym cukry: 81.74 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 5.30 g;

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa
2025-08-15 sobota	Śniadanie Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE,</u>)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło ekstra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło ekstra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza mannna 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 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) 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 Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryz 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 Sałata lodowa 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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło ekstra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Kalarepa 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE,</u>)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, 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 Brokuł gotowany* 100 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II SN Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)							
	Obiad Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECC,</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Pyzy ziemniaczane* 200 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Selerowa z ziemniakami (bez soli)* 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g (<u>GLU JECC,</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s (bez soli) 100 g Sos koperkowy *(bez soli) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe mielone w sosie w 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECC,</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (<u>MLE,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECC,</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (<u>MLE,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (<u>MLE,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	
PD Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 30 g (<u>SOJ,</u>)								
Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECC,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECC,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</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 Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 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 szynki wieprzowej 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECC,</u>) Dymia z wody 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka wieprzowa gotowana plasty 50 g Dymia z wody 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
PN Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Schab gotowany (bez soli) 30 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z wędliny wieprzowej 30 g (<u>SOJ,</u>) Marchew gotowana z olejem* 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Węglowodany ogółem: 303.97 g; W tym cukry: 48.38 g; Błonnik pok.: 24.72 g; Sol: 8.35 g;	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 50 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Paszlet sojowy z pomidorami 50 g (<u>SOJ, GOR,</u>) Sałata zielona 5 g	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: 2643.39 kcal; Białko ogółem: 126.28 g; Tłuszcz: 84.64 g; Kw. tł. nasy.: 38.80 g; Węglowodany ogółem: 365.30 g; W tym cukry: 63.37 g; Błonnik pok.: 28.64 g; Sol: 12.11 g;	Wartość energetyczna: 1887.73 kcal; Białko ogółem: 59.85 g; Tłuszcz: 50.43 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 313.54 g; W tym cukry: 27.87 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sol: 9.19 g;	Wartość energetyczna: 2221.85 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 310.21 g; W tym cukry: 43.65 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sol: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2226.61 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 72.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 303.97 g; W tym cukry: 48.38 g; Błonnik pok.: 24.72 g; Sol: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 1960.47 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 54.77 g; Kw. tł. nasy.: 13.55 g; Węglowodany ogółem: 297.22 g; W tym cukry: 27.12 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sol: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2123.07 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 74.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 277.30 g; W tym cukry: 42.97 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sol: 2.79 g;	Wartość energetyczna: 2834.07 kcal; Białko ogółem: 97.49 g; Tłuszcz: 114.06 g; Kw. tł. nasy.: 43.04 g; Węglowodany ogółem: 382.10 g; W tym cukry: 63.92 g; Błonnik pok.: 40.99 g; Sol: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2164.02 kcal; Białko ogółem: 116.86 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.30 g; Węglowodany ogółem: 310.91 g; W tym cukry: 64.31 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sol: 6.08 g;

		W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa
2026-08-16 niedziela	Śniadania	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pomidor 100 g Sałata 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>GLUPSZ, 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 Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml	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 wieprzowej 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Buraczki gotowane 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, 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 osłonie niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Sałata 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 Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 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>)	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, 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/ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 50 g							
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kuski śląskie* 180 g (<u>JAJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* 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 pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* 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 młode z koperkiem gotowane (bez soli) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa krem z pomidorów +. 400 g (<u>SEL,</u>) Miso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy (bez glutenu) 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kuski śląskie* 180 g (<u>JAJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos pieczeniowy (bez glutenu) 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* 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* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kiszka 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Szarpana wieprzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, 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 Sałata 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>GLUPSZ, 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 kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 150 g Sałata 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 Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, 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	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g 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 5g Schab gotowany 30 g
		Wartość energetyczna: 2742.44 kcal; Białko ogółem: 125.83 g; Tłuszcz: 65.49 g; Kw. tł. nasy: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 364.59 g; W tym cukry: 72.49 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 1780.68 kcal; Białko ogółem: 65.80 g; Tłuszcz: 56.16 g; Kw. tł. nasy: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 272.86 g; W tym cukry: 39.07 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2089.45 kcal; Białko ogółem: 118.00 g; Tłuszcz: 66.30 g; Kw. tł. nasy: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 294.60 g; W tym cukry: 65.19 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2287.18 kcal; Białko ogółem: 107.72 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kw. tł. nasy: 32.06 g; W tym cukry: 82.71 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2268.67 kcal; Białko ogółem: 101.90 g; Tłuszcz: 71.11 g; Kw. tł. nasy: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 325.76 g; W tym cukry: 36.50 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 1929.04 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 61.57 g; Kw. tł. nasy: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 263.19 g; W tym cukry: 54.58 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 4.78 g;	Wartość energetyczna: 1890.01 kcal; Białko ogółem: 78.42 g; Tłuszcz: 62.59 g; Kw. tł. nasy: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 272.38 g; W tym cukry: 61.06 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2219.34 kcal; Białko ogółem: 112.27 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy: 17.02 g; Węglowodany ogółem: 302.34 g; W tym cukry: 43.95 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 5.81 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
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 JEĆZ - 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,