

	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.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
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>) Lopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</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>) Lopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>)	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>) Lopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>)	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>) Lopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Rukola 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 Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g 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>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Lopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 15g Lopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Lopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>)	
II SN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ,</u>) Ogórek kiszony 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 mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) 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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g		
Obiad	Brokulowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokulowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajki gotowane z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokulowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajki gotowane z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokulowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajki gotowane z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokulowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajki gotowane z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokulowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajki gotowane z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokulowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajki gotowane z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokulowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Kasza bulgur 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Sznajki gotowane z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Woda z cytryną 300 ml	Brokulowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Sznajki gotowane z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokulowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Sznajki gotowane z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
2026-08-17 poniedziałek	PD			Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Lopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 50 g			
Kolejka	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 (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Ogórek świeży 100 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>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 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>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Boraczki gotowane 100 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>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Boraczki gotowane 100 g Salata 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 o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Ogórek świeży 100 g Salata 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 o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Ogórek świeży 100 g Salata 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>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Ogórek świeży 100 g Salata 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 Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Ogórek świeży 100 g Salata 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 Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Ogórek świeży 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 180 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Ogórek świeży 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Kalarepa 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Kalarepa 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Kalarepa 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Kalarepa 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Kalarepa 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Kalarepa 50 g
	Wartość energetyczna: 2202.14 kcal; Białko ogółem: 91.66 g; Tłuszcz: 67.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 338.67 g; W tym cukry: 72.58 g; Błonnik pok.: 39.12 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2293.06 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 70.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 339.37 g; W tym cukry: 71.06 g; Błonnik pok.: 32.83 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2297.22 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 70.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 339.36 g; W tym cukry: 71.63 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2531.07 kcal; Białko ogółem: 108.02 g; Tłuszcz: 76.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 375.13 g; W tym cukry: 76.77 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2394.15 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 82.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 347.95 g; W tym cukry: 49.86 g; Błonnik pok.: 46.78 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 2290.73 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 76.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.41 g; Węglowodany ogółem: 343.03 g; W tym cukry: 32.25 g; Błonnik pok.: 49.69 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2407.10 kcal; Białko ogółem: 109.28 g; Tłuszcz: 73.32 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 351.59 g; W tym cukry: 50.81 g; Błonnik pok.: 33.95 g; Sól: 10.79 g;	Wartość energetyczna: 2335.90 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 58.20 g; Kw. tł. nasy.: 13.35 g; Węglowodany ogółem: 346.46 g; W tym cukry: 62.12 g; Błonnik pok.: 61.22 g; Sól: 11.73 g;	Wartość energetyczna: 2344.09 kcal; Białko ogółem: 130.75 g; Tłuszcz: 56.01 g; Kw. tł. nasy.: 15.92 g; Węglowodany ogółem: 346.46 g; W tym cukry: 52.01 g; Błonnik pok.: 45.97 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2096.43 kcal; Białko ogółem: 118.32 g; Tłuszcz: 56.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 327.92 g; W tym cukry: 40.61 g; Błonnik pok.: 46.25 g; Sól: 8.82 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst.pobudz.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.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	
2026-08-18 wtorek	Śniadanie	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.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko 150 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 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 150 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 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wprzewozego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Jabłko pieczone 150 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 (GLU PSZ.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (GLU PSZ.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 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 długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (GLU PSZ.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wprzewozego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 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. 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (JAJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (JAJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II SN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Papryka świeża 50 g				
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Dymia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Dymia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	
	PD				Biskopity 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ.)			Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.) Jabłko 150 g			
	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.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wprzewozego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Ogórek świeży 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa 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.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wprzewozego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa 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 (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wprzewozego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wprzewozego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa 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 (GLU PSZ.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wprzewozego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Ogórek świeży 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa 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 (GLU PSZ.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wprzewozego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wprzewozego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 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 (JAJ.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (JAJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
PN		Koktajl bananowy 200 ml (MLE.)			Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 150 g Wafle ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynek z indyka-produkt białkowy, drobiowy,średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.) Jabłko pieczone 150 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szynek z indyka-produkt białkowy, drobiowy,średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Koktajl bananowy 200 ml (MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2172.78 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 322.85 g; W tym cukry: 67.14 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2255.86 kcal; Białko ogółem: 104.20 g; Tłuszcz: 63.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 329.77 g; W tym cukry: 68.70 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2183.66 kcal; Białko ogółem: 104.20 g; Tłuszcz: 57.17 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; Węglowodany ogółem: 327.88 g; W tym cukry: 71.81 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2539.33 kcal; Białko ogółem: 120.31 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 385.63 g; W tym cukry: 80.66 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2196.54 kcal; Białko ogółem: 116.75 g; Tłuszcz: 64.35 g; Kw. tł. nasy.: 17.56 g; Węglowodany ogółem: 325.66 g; W tym cukry: 50.56 g; Błonnik pok.: 40.80 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2151.93 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 61.70 g; Kw. tł. nasy.: 15.67 g; Węglowodany ogółem: 328.15 g; W tym cukry: 29.99 g; Błonnik pok.: 45.13 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2267.31 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 61.49 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 336.61 g; W tym cukry: 63.56 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 1933.22 kcal; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 46.42 g; Kw. tł. nasy.: 11.62 g; Węglowodany ogółem: 282.80 g; W tym cukry: 58.65 g; Błonnik pok.: 46.70 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2031.15 kcal; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 57.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 312.37 g; W tym cukry: 70.65 g; Błonnik pok.: 38.05 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 1545.63 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz: 46.68 g; Kw. tł. nasy.: 12.77 g; Węglowodany ogółem: 232.39 g; W tym cukry: 57.38 g; Błonnik pok.: 31.90 g; Sól: 5.45 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/MŁ 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	
2026-08-19 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MŁE, GLU OW.</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>MŁE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MŁE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MŁE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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, MŁE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MŁE, GLU OW.</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>MŁE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MŁE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ.</u>) Brokoli gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MŁE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa 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 z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MŁE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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 Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MŁE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MŁE.</u>) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MŁE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MŁE, GLU OW.</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, MŁE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 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, MŁE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II/ŚN			Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MŁE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MŁE.</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW.</u>) Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ślipek z marchewki 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MŁE.</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW.</u>) Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MŁE.</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW.</u>) Jabłko 150 g			
	Obiad	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Mizerna 100 g (<u>MŁE.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Sznajk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Sznajk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Sznajk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surożka z ogórków kiszonych, cebul z olejem 100 g Sznajk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surożka z ogórków kiszonych, cebul z olejem 100 g Sznajk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surożka z ogórków kiszonych, cebul z olejem 100 g Sznajk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Mizerna 100 g (<u>MŁE.</u>) Sznajk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda z cytryną 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Mizerna 100 g (<u>MŁE.</u>) Sznajk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Mizerna 100 g (<u>MŁE.</u>) Sznajk gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MŁE.</u>)				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 Ogórek świeży 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MŁE.</u>) Sałata zielona 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 Serek homo. naturalny 100 g (<u>MŁE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MŁE.</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
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>MŁE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MŁE.</u>) Brzoskwinia 150 g Sałata zielona 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MŁE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MŁE.</u>) Brzoskwinia 150 g Sałata zielona 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 Serek homo. naturalny 100 g (<u>MŁE.</u>) Brzoskwinia 150 g Sałata zielona 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MŁE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MŁE.</u>) Brzoskwinia 150 g Sałata zielona 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 Serek homo. naturalny 100 g (<u>MŁE.</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 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 Szynka Pastoskwa- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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 Serek homo. naturalny 100 g (<u>MŁE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 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 Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ogórek świeży 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MŁE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MŁE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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 5g Szynka z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Szynka z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szynka z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pomidor 50 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			
	Wartość energetyczna: 1898.26 kcal; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz: 54.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 290.37 g; W tym cukry: 50.86 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 1955.45 kcal; Białko ogółem: 95.27 g; Tłuszcz: 54.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 288.71 g; W tym cukry: 48.97 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 1947.05 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 53.73 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 288.71 g; W tym cukry: 48.79 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2261.83 kcal; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 63.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 328.86 g; W tym cukry: 55.36 g; Błonnik pok.: 25.92 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 2055.56 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 56.55 g; Kw. tł. nasy.: 13.72 g; Węglowodany ogółem: 295.02 g; W tym cukry: 33.42 g; Błonnik pok.: 42.63 g; Sól: 10.25 g;	Wartość energetyczna: 1928.47 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 56.55 g; Kw. tł. nasy.: 13.72 g; Węglowodany ogółem: 295.02 g; W tym cukry: 33.42 g; Błonnik pok.: 42.63 g; Sól: 10.25 g;	Wartość energetyczna: 2143.13 kcal; Białko ogółem: 102.90 g; Tłuszcz: 60.69 g; Kw. tł. nasy.: 16.91 g; Węglowodany ogółem: 316.20 g; W tym cukry: 61.15 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2115.63 kcal; Białko ogółem: 102.90 g; Tłuszcz: 60.69 g; Kw. tł. nasy.: 16.91 g; Węglowodany ogółem: 316.20 g; W tym cukry: 61.15 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 1822.78 kcal; Białko ogółem: 90.74 g; Tłuszcz: 48.69 g; Kw. tł. nasy.: 15.72 g; Węglowodany ogółem: 274.16 g; W tym cukry: 48.69 g; Błonnik pok.: 36.20 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 1497.48 kcal; Białko ogółem: 76.46 g; Tłuszcz: 48.67 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 g; Węglowodany ogółem: 217.87 g; W tym cukry: 35.10 g; Błonnik pok.: 30.74 g; Sól: 7.08 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.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
Sniadanie	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, SOJ, GOR.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	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, SOJ.) Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	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, SOJ.) Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ.) Pomidor 100 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.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 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 (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Pomidor 50 g	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 100 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.) Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)
II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyunkowa drobniowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szyunkowa drobniowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g		
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryz na sytko (brązowy) 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryz na sytko 180 g Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryz na sytko 180 g Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryz na sytko (brązowy) 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryz na sytko (brązowy) 180 g Sałata zielona z olejem 60 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryz na sytko 180 g Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryz na sytko (brązowy) 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryz na sytko (brązowy) 180 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryz na sytko (brązowy) 180 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryz na sytko (brązowy) 180 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) 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.) Szyunka Pastoska- 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. 5g Szyunka Pastoska- 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.) Szyunka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka 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 kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka 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 kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka 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 kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka 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 kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka 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 kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) 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 Szyunka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) 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 Szyunka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka 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 kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka 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 kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)			Mus- przeciw owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Mini serniczki 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 5 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wędziona wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Płatki pszenne 10 g (GLU, PSZ.) Jabłko 150 g	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2475.37 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 96.01 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 328.01 g; W tym cukry: 50.26 g; Błonnik pok.: 41.29 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2327.30 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 74.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 321.89 g; W tym cukry: 50.02 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2350.71 kcal; Białko ogółem: 98.09 g; Tłuszcz: 75.86 g; Kw. tł. nasy.: 18.06 g; Węglowodany ogółem: 327.28 g; W tym cukry: 53.23 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2534.00 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 77.92 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 374.17 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 9.99 g;	Wartość energetyczna: 2364.92 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 88.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 316.16 g; W tym cukry: 46.68 g; Błonnik pok.: 43.76 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2364.51 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 89.01 g; Kw. tł. nasy.: 14.59 g; Węglowodany ogółem: 339.27 g; W tym cukry: 28.90 g; Błonnik pok.: 50.13 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 2392.02 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 76.39 g; Kw. tł. nasy.: 17.01 g; Węglowodany ogółem: 349.67 g; W tym cukry: 45.23 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sól: 11.04 g;	Wartość energetyczna: 2303.24 kcal; Białko ogółem: 116.19 g; Tłuszcz: 67.57 g; Kw. tł. nasy.: 13.60 g; Węglowodany ogółem: 326.96 g; W tym cukry: 69.60 g; Błonnik pok.: 55.20 g; Sól: 11.06 g;	Wartość energetyczna: 2285.83 kcal; Białko ogółem: 118.40 g; Tłuszcz: 76.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.68 g; Węglowodany ogółem: 301.35 g; W tym cukry: 69.60 g; Błonnik pok.: 40.24 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 1922.28 kcal; Białko ogółem: 83.17 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.58 g; Węglowodany ogółem: 256.52 g; W tym cukry: 39.53 g; Błonnik pok.: 36.47 g; Sól: 6.87 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 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	
2026-08-31 piatek	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>) Papryka świeża 100 g Mixsałat 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>) Pomidor 100 g Mixsałat 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>) Szyńska zapiekana w piezrowa, 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 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 100 g Mixsałat 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 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa 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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>MLE.</u>) Szyńska zapiekana w piezrowa, 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 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 110 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 100 g Mixsałat 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 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Pieczony w piezrowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Słupki z marchewki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (<u>MLE.</u>) Szykownik Extra- wędzonka w piezrowa wędzona, z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Słupki z marchewki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (<u>MLE.</u>) Szykownik Extra- wędzonka w piezrowa wędzona, z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</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 (<u>MLE.</u>) Szykownik Extra- wędzonka w piezrowa wędzona, z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 5 g (<u>MLE.</u>) Szykownik Extra- wędzonka w piezrowa wędzona, z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Słupki z marchewki 50 g		Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW.</u>)			
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>) Pastę z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	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>) Pastę z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	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>) Pastę z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	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>) Pastę z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	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>) Schab gotowany 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	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>) Schab gotowany 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	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>) Pastę z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 10 g (<u>MLE.</u>) Pastę z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>MLE.</u>) Pastę z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pastę z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	
	PN	Drożdżówka z serem 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (<u>MLE.</u>) Szykownik dębowa drobiowa grubo rozdrobniona 30 g (<u>MLE.</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 (<u>MLE.</u>) Szykownik dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 10 g (<u>MLE.</u>) Szykownik dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Drożdżówka z serem 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szykownik dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	
Wartość energetyczna: 2179.44 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 71.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 309.83 g; W tym cukry: 64.03 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 6.40 g;		Wartość energetyczna: 2217.21 kcal; Białko ogółem: 103.36 g; Tłuszcz: 72.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 304.82 g; W tym cukry: 59.01 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2143.69 kcal; Białko ogółem: 101.17 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.11 g; Węglowodany ogółem: 304.79 g; W tym cukry: 59.04 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2447.01 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; Tłuszcz: 76.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.68 g; Węglowodany ogółem: 341.96 g; W tym cukry: 65.21 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2105.63 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz: 71.48 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 300.49 g; W tym cukry: 52.24 g; Błonnik pok.: 43.00 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2095.32 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 65.95 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; Węglowodany ogółem: 315.81 g; W tym cukry: 44.53 g; Błonnik pok.: 46.29 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2175.59 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 65.77 g; Kw. tł. nasy.: 17.00 g; Węglowodany ogółem: 311.70 g; W tym cukry: 44.71 g; Błonnik pok.: 27.73 g; Sól: 10.42 g;	Wartość energetyczna: 2093.16 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 58.60 g; Kw. tł. nasy.: 13.79 g; Węglowodany ogółem: 301.10 g; W tym cukry: 64.85 g; Błonnik pok.: 53.58 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2214.59 kcal; Białko ogółem: 100.85 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 330.01 g; W tym cukry: 64.83 g; Błonnik pok.: 40.75 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 1578.38 kcal; Białko ogółem: 74.03 g; Tłuszcz: 53.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 234.30 g; W tym cukry: 39.23 g; Błonnik pok.: 35.07 g; Sól: 5.62 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 żółdkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/M L Z ogr.łatwo przysw.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węgli i z ogr. tłuszczy	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	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) Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (może zawierać: GOR.) Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE) Banan 150 g	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) Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (może zawierać: GOR.) banan 150 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE)	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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.) Sałata lodowa 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.) 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 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 5 g Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (może zawierać: GOR.) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Jabłko pieczone 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 duża krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 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 5g 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	Ryż 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 dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Banan 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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.) Banan 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II SN				Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbojniczą wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Papryka świeża 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 Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojniczą wiewprzowa 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 zbojniczą wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 50 g		
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Gulasz wiewprzowy 180 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 180g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Sałatką z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz wiewprzowy 180 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Sałatką z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz wiewprzowy 180 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Gulasz wiewprzowy 180 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 180g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Sałatką z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Gulasz wiewprzowy 180 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 180g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Sałatką 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 (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wiewprzowy 180 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 180g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Sałatką 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 (GLUPSZ, SEL.) Gulasz wiewprzowy 180 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 180g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Sałatką z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Gulasz wiewprzowy 180 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 180g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Sałatką 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 (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wiewprzowy 180 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 180g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Sałatką 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 (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wiewprzowy 180 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 180g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Sałatką z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.) Jabłko 150 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) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g 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.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) 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 Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	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.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 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 duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Sałata zielona 10 g	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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rzodkiewka 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 50 g (SOJ) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 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.) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) 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	Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) 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	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) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, 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 mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2917.66 kcal; Białko ogółem: 131.54 g; Tłuszcz: 106.03 g; Kw. tł. nasy.: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 392.04 g; W tym cukry: 84.13 g; Błonnik pok.: 45.83 g; Sól: 9.68 g;	Wartość energetyczna: 2655.75 kcal; Białko ogółem: 121.33 g; Tłuszcz: 99.67 g; Kw. tł. nasy.: 40.22 g; Węglowodany ogółem: 338.04 g; W tym cukry: 59.73 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 2309.13 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 74.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 370.75 g; W tym cukry: 43.96 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2623.98 kcal; Białko ogółem: 116.25 g; Tłuszcz: 84.28 g; Kw. tł. nasy.: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 370.75 g; W tym cukry: 59.73 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2787.45 kcal; Białko ogółem: 126.55 g; Tłuszcz: 114.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 354.75 g; W tym cukry: 50.22 g; Błonnik pok.: 52.72 g; Sól: 11.45 g;	Wartość energetyczna: 2467.82 kcal; Białko ogółem: 120.84 g; Tłuszcz: 81.75 g; Kw. tł. nasy.: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 355.65 g; W tym cukry: 39.49 g; Błonnik pok.: 53.82 g; Sól: 9.58 g;	Wartość energetyczna: 2418.67 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 82.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 332.66 g; W tym cukry: 43.96 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 10.47 g;	Wartość energetyczna: 2489.45 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 75.72 g; Kw. tł. nasy.: 18.93 g; Węglowodany ogółem: 355.14 g; W tym cukry: 79.70 g; Błonnik pok.: 61.26 g; Sól: 11.10 g;	Wartość energetyczna: 2378.31 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 80.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 355.14 g; W tym cukry: 79.70 g; Błonnik pok.: 61.26 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 1955.43 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz: 73.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 272.59 g; W tym cukry: 62.64 g; Błonnik pok.: 39.72 g; Sól: 6.65 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. wydł. 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
2026-08-23 niedziela	Sniadanie	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) Szynka zapiekana wierzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Papryka świeża 100 g Mix sałat 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.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zapiekana wierzowa, 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 Mix sałat 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE) Szynka zapiekana wierzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Miks sałat 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 o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 100 g Mix sałat 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 o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 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 Szynka zapiekana wierzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Papryka świeża 100 g Mix sałat 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 wierzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Papryka świeża 100 g Mix sałat 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) Szynka zapiekana wierzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Papryka świeża 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) Szynka zapiekana wierzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II SN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 50 g		Jabłko pieczone 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLUOW.)	Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLUOW.)		
2026-08-23 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Łopatką zbrojnicą wierzowa wędzona 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Słupki z marchewki 50 g			
2026-08-23 niedziela	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 i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 100 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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem * 100 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 natką pietruszki 100 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 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 Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mix sałat 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 i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
	PN	Chalka 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki pszenne 10g (GLU PSZ.) Jabłko 150 g	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.) Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wierzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Schab Pieczony wierzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Rzodkiewka 50 g	Chalka 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2126.83 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 72.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 290.23 g; W tym cukry: 46.59 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sol: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2027.52 kcal; Białko ogółem: 104.22 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 284.33 g; W tym cukry: 41.86 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sol: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2031.93 kcal; Białko ogółem: 117.50 g; Tłuszcz: 60.32 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 287.83 g; W tym cukry: 43.19 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sol: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2420.05 kcal; Białko ogółem: 121.00 g; Tłuszcz: 76.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 330.53 g; W tym cukry: 51.64 g; Błonnik pok.: 26.94 g; Sol: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2145.62 kcal; Białko ogółem: 117.50 g; Tłuszcz: 74.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 288.51 g; W tym cukry: 57.47 g; Błonnik pok.: 39.59 g; Sol: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2087.17 kcal; Białko ogółem: 105.25 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 17.86 g; Węglowodany ogółem: 311.12 g; W tym cukry: 42.83 g; Błonnik pok.: 39.56 g; Sol: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2164.11 kcal; Białko ogółem: 108.34 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 302.79 g; W tym cukry: 52.46 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sol: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2084.56 kcal; Białko ogółem: 108.34 g; Tłuszcz: 61.66 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 290.33 g; W tym cukry: 68.69 g; Błonnik pok.: 52.87 g; Sol: 9.84 g;	Wartość energetyczna: 2149.94 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 280.53 g; W tym cukry: 48.03 g; Błonnik pok.: 38.12 g; Sol: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 1699.51 kcal; Białko ogółem: 85.34 g; Tłuszcz: 62.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 228.60 g; W tym cukry: 36.29 g; Błonnik pok.: 31.78 g; Sol: 5.74 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 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
2026-08-24 poniedziałek	Śniadanie	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 ,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 50 g (SOJ ,) Dymna pieczona z natką pietruszki 100 g (GLUPSZ ,) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem 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 ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 50 g (SOJ ,) Dymna pieczona z natką pietruszki 100 g (GLUPSZ ,) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 50 g (SOJ ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL ,) 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 ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 50 g (SOJ ,) Pomidor 100 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 mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 50 g (SOJ ,) Pomidor 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 50 g (SOJ ,) Pomidor 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 długa krojona 60 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 50 g (SOJ ,) Pomidor 100 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 50 g (SOJ ,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 50 g (SOJ ,) Dymna pieczona z natką pietruszki 100 g (GLUPSZ ,) 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 ,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 50 g (SOJ ,) Dymna pieczona z natką pietruszki 100 g (GLUPSZ ,) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,)
	II ŚN			Biskopity 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ ,) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,) Płatki pszenne 10g (GLU PSZ ,)	Jabłko 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,) Płatki pszenne 10g (GLU PSZ ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Płatki pszenne 10g (GLUPSZ ,) Jabłko pieczone 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,) Płatki pszenne 10g (GLUPSZ ,) Jabłko pieczone 150 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzodkiew biała 50 g		
2026-08-24 poniedziałek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ ,) Mus z truskawek* b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ ,) Mus z truskawek* b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Mus z truskawek* b/c 200 g Sos ogurkowy z twarogiem b/c 80 g (MLE ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Mus z truskawek* b/c 200 g Sos ogurkowy z twarogiem b/c 80 g (MLE ,) Sos majeranekowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Sznajka gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ ,)	Barszcz czerwony z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryz na sypko 180 g Mus z truskawek* b/c 200 g Sos ogurkowy z twarogiem b/c 80 g (MLE ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos majeranekowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sznajka gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sznajka gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sznajka gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sznajka gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,)				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,) Jabłko 150 g Płatki pszenne 10g (GLU PSZ ,)			
2026-08-24 poniedziałek	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 ,) Sałata wiosenna - diety 100 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 ,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ ,) Sałata wiosenna - diety 100 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 ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE ,) Sałata wiosenna - diety 100 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 ,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ ,) Sałata wiosenna - diety 100 g Mix sałat 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ ,) Sałata wiosenna - diety 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 50 g Sałata wiosenna - diety 100 g Mix sałat 10 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 długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE ,) Sałata wiosenna - diety 100 g Mix sałat 10 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ ,) Sałata wiosenna - diety 100 g Mix sałat 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 Serek homo. naturalny 100 g (MLE ,) Sałata wiosenna - diety 100 g Mix sałat 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 ,) Serek homo. naturalny 100 g (MLE ,) Sałata wiosenna - diety 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
	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 (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurczak 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR ,) Papryka świeża 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 Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurczak 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR ,) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW ,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Baton szynkowy z kurczak 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR ,) Papryka świeża 50 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2466.93 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz: 81.07 g; Kw. tł. nasy.: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 365.07 g; W tym cukry: 90.80 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 10.49 g;	Wartość energetyczna: 2516.96 kcal; Białko ogółem: 93.14 g; Tłuszcz: 80.67 g; Kw. tł. nasy.: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 366.23 g; W tym cukry: 89.44 g; Błonnik pok.: 19.57 g; Sól: 10.34 g;	Wartość energetyczna: 2497.56 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 71.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 380.38 g; W tym cukry: 100.06 g; Błonnik pok.: 19.55 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2687.88 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 84.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 403.64 g; W tym cukry: 114.19 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2288.66 kcal; Białko ogółem: 96.01 g; Tłuszcz: 80.28 g; Kw. tł. nasy.: 15.32 g; Węglowodany ogółem: 330.70 g; W tym cukry: 76.44 g; Błonnik pok.: 43.10 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2216.03 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 15.32 g; Węglowodany ogółem: 341.13 g; W tym cukry: 30.71 g; Błonnik pok.: 47.52 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2216.63 kcal; Białko ogółem: 99.71 g; Tłuszcz: 74.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; Węglowodany ogółem: 381.92 g; W tym cukry: 73.63 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sól: 9.68 g;	Wartość energetyczna: 2220.40 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 76.49 g; Kw. tł. nasy.: 17.50 g; Węglowodany ogółem: 320.76 g; W tym cukry: 59.96 g; Błonnik pok.: 42.10 g; Sól: 9.19 g;	Wartość energetyczna: 2228.45 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 76.49 g; Kw. tł. nasy.: 17.50 g; Węglowodany ogółem: 320.76 g; W tym cukry: 59.96 g; Błonnik pok.: 42.10 g; Sól: 9.19 g;	Wartość energetyczna: 1895.66 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz: 71.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 257.21 g; W tym cukry: 46.68 g; Błonnik pok.: 36.91 g; Sól: 8.14 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 przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 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	
2026-08-25 wtorek	Śniadanie	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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Buraczki gotowane plasterki 100 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 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 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.) Buraczki gotowane plasterki 100 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 50g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 100 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 50g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 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.) Bułka pszenna długa krojona 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.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 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. 5g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 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.) Pomidor 100 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 dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II SN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)	Koktail truskawkowy* b/c 200 ml (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLU, OW.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Ogórek świeży 50 g	Koktail truskawkowy* b/c 200 ml (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLU, OW.)	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Ogórek świeży 50 g			
2026-08-25 wtorek	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU, PSZ.) Surowka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU, PSZ.) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokul gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU, PSZ.) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surowka wykwinna z olejem b/c 100 g Brokul gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU, PSZ.) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surowka wykwinna z olejem b/c 100 g Brokul gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU, PSZ.) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokul gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU, PSZ.) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokul gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU, PSZ.) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surowka wykwinna z olejem b/c 100 g Kasza gryczana 180 g Surowka wykwinna z olejem b/c 100 g Brokul gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU, PSZ.) Ziemiaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surowka wykwinna z olejem b/c 100 g Brokul gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml		
	PD			Biskwoty 30 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLU, OW.) Jabłko 150 g				
2026-08-25 wtorek	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 tofu, brokula i szpinaku 100 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) Pasta z tofu, brokula i szpinaku 100 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) Pasta z tofu, brokula i szpinaku 100 g (SOJ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) 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) Pasta z tofu, brokula i szpinaku 100 g (SOJ) 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 Pasta z tofu, brokula i szpinaku 100 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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z tofu, brokula i szpinaku 100 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 Pasta z tofu, brokula i szpinaku 100 g (SOJ) Pomidor 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 Pasta z tofu, brokula i szpinaku 100 g (SOJ) Pomidor 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) Pasta z tofu, brokula i szpinaku 100 g (SOJ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
	PN	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Rzodkiewka 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szynka łostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Rzodkiewka 50 g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE)		
2026-08-25 wtorek		Wartość energetyczna: 1988.53 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 68.88 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; Węglowodany ogółem: 264.10 g; W tym cukry: 47.18 g; Błonnik pok.: 32.98 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 1946.61 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 58.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 262.74 g; W tym cukry: 45.83 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 1951.51 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 58.28 g; Kw. tł. nasy.: 13.77 g; Węglowodany ogółem: 263.53 g; W tym cukry: 45.45 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2287.22 kcal; Białko ogółem: 121.94 g; Tłuszcz: 69.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; Węglowodany ogółem: 318.92 g; W tym cukry: 56.06 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 1984.12 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 72.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.55 g; Węglowodany ogółem: 265.96 g; W tym cukry: 43.53 g; Błonnik pok.: 39.03 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2042.73 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw. tł. nasy.: 13.47 g; Węglowodany ogółem: 296.92 g; W tym cukry: 28.21 g; Błonnik pok.: 44.37 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2039.63 kcal; Białko ogółem: 102.46 g; Tłuszcz: 64.79 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; Węglowodany ogółem: 280.17 g; W tym cukry: 39.29 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2075.71 kcal; Białko ogółem: 113.63 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 10.01 g; Węglowodany ogółem: 292.52 g; W tym cukry: 60.89 g; Błonnik pok.: 52.07 g; Sól: 9.34 g;	Wartość energetyczna: 1896.35 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 14.37 g; Węglowodany ogółem: 249.73 g; W tym cukry: 45.71 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 1579.34 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 60.91 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 191.40 g; W tym cukry: 29.90 g; Błonnik pok.: 29.12 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.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 Ubogoenerygetyczna
2026-08-26 środa	Śniadanie	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 .) Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE .) Jabłko 150 g Salata 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) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE .) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE .) Jabłko pieczone 150 g Salata 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 Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE .) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE .) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE .) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (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 Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 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 Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE .) Pomidor 100 g Salata 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 .) Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE .) Jabłko 150 g Salata 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 .) Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE .) Jabłko 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II/ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE .) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ .)	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 .) Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ .) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ .) Papryka świeża 50 g			
2026-08-26 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE .) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (MLE, SOJ .) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kalaforowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL .) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Dymna z wody 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kalaforowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL .) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Dymna z wody 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE .) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (MLE, SOJ .) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy (bez glutenu, bez mleka) 80 ml Kasza gryczana 180 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL .) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Dymna z wody 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE .) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE .) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kalaforowa z ziemniakami (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL .) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE .) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PO			Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ .) Masło extra 82% 5 g (MLE .) Szyunkowa z indyka-produkt białkowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szyunkowa z indyka-produkt białkowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g			
2026-08-27 czwartek	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 .) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL .) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE .)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL .) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE .)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL .) Ogórek gotowany* 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE .)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL .) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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 Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL .) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE .)	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 Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL .) Ogórek gotowany* 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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 Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL .) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE .)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL .) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE .)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL .) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE .)
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kiełbasa Zielonogórska-wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Rzodkiewka 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g Rzodkiewka 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kiełbasa Zielonogórska-wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Rzodkiewka 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Kiełbasa Zielonogórska-wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Rzodkiewka 50 g	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2403.23 kcal; Białko ogółem: 116.57 g; Tłuszcz: 73.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 347.68 g; W tym cukry: 69.63 g; Błonnik pok.: 35.07 g; Sol: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2339.10 kcal; Białko ogółem: 112.36 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 345.94 g; W tym cukry: 67.45 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sol: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2300.57 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 342.09 g; W tym cukry: 66.75 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sol: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2723.51 kcal; Białko ogółem: 135.23 g; Tłuszcz: 72.82 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; Węglowodany ogółem: 402.61 g; W tym cukry: 67.11 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sol: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 2505.43 kcal; Białko ogółem: 131.82 g; Tłuszcz: 86.72 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 344.43 g; W tym cukry: 41.62 g; Błonnik pok.: 45.48 g; Sol: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 2446.98 kcal; Białko ogółem: 130.15 g; Tłuszcz: 81.28 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 345.80 g; W tym cukry: 32.10 g; Błonnik pok.: 48.53 g; Sol: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2524.38 kcal; Białko ogółem: 126.72 g; Tłuszcz: 70.40 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; W tym cukry: 46.70 g; Błonnik pok.: 31.52 g; Sol: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2417.62 kcal; Białko ogółem: 137.94 g; Tłuszcz: 71.01 g; Kw. tł. nasy.: 15.44 g; Węglowodany ogółem: 336.41 g; W tym cukry: 54.29 g; Błonnik pok.: 57.90 g; Sol: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 2331.84 kcal; Białko ogółem: 115.02 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 335.64 g; W tym cukry: 71.55 g; Błonnik pok.: 39.61 g; Sol: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 1800.36 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 55.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 259.81 g; W tym cukry: 56.39 g; Błonnik pok.: 32.92 g; Sol: 5.30 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 przysw.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węgl. i z ogr.łtuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna	
2026-08-27 czwartek	Śniadanie	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> .) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem 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 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 Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem 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 długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Szyńkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem 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 długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Szyńkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałata 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 (<u>JAJ</u> .) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u> .) Pomidor 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 (<u>JAJ</u> .) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u> .) Pomidor 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 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>JAJ</u> .) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u> .) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałata 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 żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> .) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u> .) Pomidor 100 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> .) Szyńkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .)	
	II/ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u> .) Słupki z marchewki 50 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> .) Słupki z marchewki 50 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> .) 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 Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u> .) Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> .) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW.</u> .) Jabłko 150 g			
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Sos boloński z mięsa wieprz łop*-dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u> .) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Sos boloński z mięsa wieprz łop*-dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Sos boloński z mięsa wieprz łop*-dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u> .) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (<u>SEL</u> .) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Sos boloński z mięsa wieprz łop*-dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Sos boloński z mięsa wieprz łop*-dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> .) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u> .) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> .) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u> .) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g 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> .) Łopatką zbrodnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> .)				Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> .) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Łopatką zbrodnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> .) Słupki z marchewki 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> .) Pasztet z fasoli*. 100 g (<u>JAJ</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> .) Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ, 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> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>MLE</u> .) Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ, SEL</u> .) Buraczki gotowane 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> .) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>JAJ</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 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>JAJ</u> .) Papryka świeża 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 długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (<u>JAJ</u> .) Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ, 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 żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> .) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Pasztet z fasoli*. 100 g (<u>JAJ</u> .) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 (<u>MLE</u> .) Pasztet z fasoli*. 100 g (<u>JAJ</u> .) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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> .) Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ, SEL</u> .) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)	
	PN	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> .)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (<u>SOJ</u> .) Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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>SOJ</u> .) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> .) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u> .) Ogórek kiszony 50 g	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> .)		
		Wartość energetyczna: 2730.71 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; Tłuszcz: 89.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 372.98 g; W tym cukry: 55.35 g; Błonnik pok.: 43.12 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 2592.72 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 78.54 g; Kw. tł. nasy.: 34.65 g; Węglowodany ogółem: 342.05 g; W tym cukry: 48.71 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2568.35 kcal; Białko ogółem: 113.87 g; Tłuszcz: 77.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 340.62 g; W tym cukry: 50.83 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2983.43 kcal; Białko ogółem: 135.10 g; Tłuszcz: 85.48 g; Kw. tł. nasy.: 39.27 g; Węglowodany ogółem: 407.88 g; W tym cukry: 58.59 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2674.33 kcal; Białko ogółem: 121.60 g; Tłuszcz: 97.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 373.77 g; W tym cukry: 54.02 g; Błonnik pok.: 54.22 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2478.47 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 87.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 366.85 g; W tym cukry: 32.78 g; Błonnik pok.: 56.63 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2650.47 kcal; Białko ogółem: 126.16 g; Tłuszcz: 88.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 358.63 g; W tym cukry: 48.43 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2542.08 kcal; Białko ogółem: 137.58 g; Tłuszcz: 72.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 363.78 g; W tym cukry: 78.05 g; Błonnik pok.: 62.31 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 2538.98 kcal; Białko ogółem: 120.32 g; Tłuszcz: 75.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 351.82 g; W tym cukry: 53.43 g; Błonnik pok.: 45.20 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 1879.99 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 55.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 237.76 g; W tym cukry: 37.42 g; Błonnik pok.: 31.09 g; Sól: 6.07 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 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 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 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Banan 150 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 Słupki z marchewki 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 Szynek z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Słupki z marchewki 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 długa krojona 60 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 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 100 g (MLE) Słupki z marchewki 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE) Banan 150 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) Twarożek 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚN				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ) Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ) Pomidor 50 g			
Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
PD				Biskopki 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szynekowa drobowa drobiowa kielbasa rozdrobniona 30 g Rzodkiew biała 50 g			
Kolejka	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Mix sałat z marchewką i olejem 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Mix sałat z marchewką i olejem 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 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) Łopatką zbiojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko pieczone 150 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 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) Łopatką zbiojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko pieczone 150 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Mix sałat z marchewką i olejem 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Mix sałat z marchewką i olejem 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Mix sałat z marchewką i olejem 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Łopatką zbiojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Rukola 10 g Mix sałat z marchewką i olejem 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (GOR) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)
PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tl. 200ml 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbiojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 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 osłonce niejadalnej 30 g Papryka świeża 50 g	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 Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Mix sałat z marchewką i olejem 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Łopatką zbiojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 50 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2174.83 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 77.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 312.78 g; W tym cukry: 73.94 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2312.61 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 75.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 313.90 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2184.47 kcal; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 17.05 g; Węglowodany ogółem: 324.11 g; W tym cukry: 86.77 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2542.96 kcal; Białko ogółem: 116.56 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 390.18 g; W tym cukry: 107.35 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2303.10 kcal; Białko ogółem: 121.11 g; Tłuszcz: 86.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 304.42 g; W tym cukry: 43.22 g; Błonnik pok.: 44.86 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 2169.71 kcal; Białko ogółem: 119.58 g; Tłuszcz: 76.09 g; Kw. tł. nasy.: 17.41 g; Węglowodany ogółem: 307.40 g; W tym cukry: 29.68 g; Błonnik pok.: 47.36 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 2290.70 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 322.50 g; W tym cukry: 52.02 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2269.27 kcal; Białko ogółem: 130.70 g; Tłuszcz: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 290.58 g; W tym cukry: 54.91 g; Błonnik pok.: 57.94 g; Sól: 10.68 g;	Wartość energetyczna: 2132.73 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 239.38 g; W tym cukry: 72.96 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 1803.71 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 64.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 239.38 g; W tym cukry: 59.19 g; Błonnik pok.: 30.03 g; Sól: 8.96 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.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.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	
2026-08-29 sobota	Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna duża 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>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna duża krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 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 5 g Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 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 5 g Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 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 duża krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II SN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW.</u>) Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW.</u>) Jabłko 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jabko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW.</u>) Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki owsiane 10 g (<u>GLU OW.</u>) Jabłko 150 g			
2026-08-29 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Koculek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sytko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sytko z kurkumą 180 g Buraczki gotowane 100 g Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sytko z kurkumą 180 g Buraczki gotowane 100 g Brokol gotowany* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Koculek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sytko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Koculek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sytko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sytko z kurkumą 180 g Buraczki gotowane 100 g Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Koculek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sytko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Woda z cytryną 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sytko (brązowy) 180 g Brokol gotowany* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ryż na sytko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	
	PD			Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g				
2026-08-29 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>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 150 g Sałata zielona 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>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna duża krojona 110 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 zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	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>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) 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 Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 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. 10 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 150 g Sałata zielona 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 Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 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>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	
	PN	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka testowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	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>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	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 mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka testowa- 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 testowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka testowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	
2026-08-29 sobota		Wartość energetyczna: 2193.16 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 78.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 310.27 g; W tym cukry: 64.59 g; Błonnik pok.: 40.50 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2158.49 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 62.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 320.51 g; W tym cukry: 62.35 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2001.56 kcal; Białko ogółem: 109.26 g; Tłuszcz: 54.12 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 304.44 g; W tym cukry: 48.50 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2493.58 kcal; Białko ogółem: 109.26 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 379.39 g; W tym cukry: 58.94 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 2124.58 kcal; Białko ogółem: 87.85 g; Tłuszcz: 75.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 307.76 g; W tym cukry: 53.63 g; Błonnik pok.: 47.74 g; Sól: 9.68 g;	Wartość energetyczna: 2171.86 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz: 73.87 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 328.32 g; W tym cukry: 30.54 g; Błonnik pok.: 47.43 g; Sól: 10.27 g;	Wartość energetyczna: 2148.91 kcal; Białko ogółem: 93.72 g; Tłuszcz: 55.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.80 g; Węglowodany ogółem: 336.70 g; W tym cukry: 52.47 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2036.53 kcal; Białko ogółem: 93.14 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 12.29 g; Węglowodany ogółem: 306.66 g; W tym cukry: 64.49 g; Błonnik pok.: 58.84 g; Sól: 11.37 g;	Wartość energetyczna: 1955.97 kcal; Białko ogółem: 100.26 g; Tłuszcz: 59.65 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 289.59 g; W tym cukry: 36.57 g; Błonnik pok.: 42.45 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 1562.56 kcal; Białko ogółem: 79.23 g; Tłuszcz: 49.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 227.62 g; W tym cukry: 36.59 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sól: 6.54 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.łtuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
2026-08-30 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna 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.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kalarepa 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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 Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 50 g Kalarepa 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 Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 50 g Kalarepa 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana * (bez mleka) 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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 Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 50 g Kalarepa 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałata zielona 10 g Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II SN			Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 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 kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kluskki śląskie* 180 g (JAJ.) Szarpana wieprzowina 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (MLE.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kluskki śląskie* 180 g (JAJ.) Szarpana wieprzowina 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kluskki śląskie* 180 g (JAJ.) Szarpana wieprzowina 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Szarpana wieprzowina 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Szarpana wieprzowina 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Szarpana wieprzowina 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Szarpana wieprzowina 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Woda z cytryną 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Szarpana wieprzowina 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Szarpana wieprzowina 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD			Chrupki kukurydziane 20 g				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU, OW.) Arbuz 150 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Arbuz 150 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 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Arbuz 150 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 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Arbuz 150 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 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Arbuz 150 g 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 Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kalarepa 100 g 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Kalarepa 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 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Arbuz 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kalarepa 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 Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kalarepa 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Mus owocowo-warzynowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g 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 Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Mus owocowo-warzynowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2231.31 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 327.92 g; W tym cukry: 57.33 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2277.70 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 70.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 326.58 g; W tym cukry: 56.37 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2269.30 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 70.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.20 g; Węglowodany ogółem: 326.53 g; W tym cukry: 56.19 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2590.90 kcal; Białko ogółem: 117.24 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 369.40 g; W tym cukry: 57.00 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2129.33 kcal; Białko ogółem: 117.24 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; Węglowodany ogółem: 296.59 g; W tym cukry: 35.03 g; Błonnik pok.: 38.85 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2107.40 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 67.96 g; Kw. tł. nasy.: 16.82 g; Węglowodany ogółem: 306.45 g; W tym cukry: 30.73 g; Błonnik pok.: 44.20 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2355.39 kcal; Białko ogółem: 119.66 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 330.97 g; W tym cukry: 52.48 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2109.51 kcal; Białko ogółem: 127.53 g; Tłuszcz: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.86 g; Węglowodany ogółem: 302.09 g; W tym cukry: 70.98 g; Błonnik pok.: 45.94 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 1866.31 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 270.62 g; W tym cukry: 38.64 g; Błonnik pok.: 34.63 g; Sól: 6.19 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
2026-08-17 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>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</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 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>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) 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>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (<u>SEL,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza mannana 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 wieprzowej 50 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) 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 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 Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Rukola 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:</u> <u>ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) 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>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</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 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)							
	Obiad	Brokulowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokulowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokulowa z ryżem (bez soli) * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez soli) 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane (bez soli) 180 g Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g Szpinaż gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krem z brokula- dieta 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe mielone w sosie w 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokulowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokulowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL,</u>) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) b/g 100 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Sos koperkowy (bez glutenu, mleka) 80 ml Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Brokulowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) 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>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</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>) Paszlet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) 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 długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paszlet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) 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 długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Paszlet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Paszlet rybny z warzywami (Morszczuk) ** (bez soli) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Sałata 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>) Paszlet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Buraczki gotowane 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 Paszlet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać:</u> <u>ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 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>) Paszlet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata 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 Paszlet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt							
		Wartość energetyczna: 2489.63 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 76.29 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 373.11 g; W tym cukry: 74.31 g; Błonnik pok.: 36.55 g; Sól: 10.28 g;	Wartość energetyczna: 1822.51 kcal; Białko ogółem: 59.38 g; Tłuszcz: 54.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 297.31 g; W tym cukry: 46.23 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2291.05 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 335.40 g; W tym cukry: 69.95 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 2370.59 kcal; Białko ogółem: 116.82 g; Tłuszcz: 76.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 322.94 g; W tym cukry: 71.49 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2004.35 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 57.56 g; Kw. tł. nasy.: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 312.77 g; W tym cukry: 59.34 g; Błonnik pok.: 35.24 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 1986.28 kcal; Białko ogółem: 79.37 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 270.55 g; W tym cukry: 59.34 g; Błonnik pok.: 31.90 g; Sól: 3.62 g;	Wartość energetyczna: 2343.44 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 81.25 g; Kw. tł. nasy.: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 339.64 g; W tym cukry: 72.58 g; Błonnik pok.: 39.12 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2006.58 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 47.52 g; Kw. tł. nasy.: 11.14 g; Węglowodany ogółem: 302.91 g; W tym cukry: 43.72 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 5.88 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
2026-08-18 wtorek	Śniadanie	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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 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) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Jabłko pieczone 150 g Salata 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Jabłko pieczone 150 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) mielone. Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Jabłko pieczone 150 g Salata 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Jabłko pieczone 150 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-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 Schnab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet z kurczaka gotowany 30 g							
	Obiad	Solferino* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy** 80 ml (GLU PSZ) Makaron 200 g (GLU PSZ) Dymia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL) Kluskі śląskie* 300 g (JAJ) Sos szpinakowy** 80 ml (GLU PSZ) Dymia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 100 g Sos szpinakowy (bez soli)* 80 ml (GLU PSZ) Dymia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mięso drobiowe mielone w sosie w 100 g (GLU PSZ) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Dymia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy** 80 ml (GLU PSZ) Makaron 200 g (GLU PSZ) Dymia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Solferino (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 100 g Dymia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOZ) Makaron z warzywami i serem żółtym 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki młode gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Dymia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL)
	PD	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECCZ)							
	Kolacja	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 wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa 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) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (SOJ, SEL) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa 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 Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z wędliny drobiowej 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g	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 Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE) Ogórek świeży 100 g Mix salat 10 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 Filet z kurczaka gotowany 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Koktajl bananowy 200 ml (MLE)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Koktajl bananowy 200 ml (MLE)		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Koktajl bananowy 200 ml (MLE)		
		Wartość energetyczna: 2549.06 kcal; Białko ogółem: 121.83 g; Tłuszcz: 70.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 381.80 g; W tym cukry: 77.43 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2076.32 kcal; Białko ogółem: 53.29 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 353.59 g; W tym cukry: 56.49 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 2286.27 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 334.57 g; W tym cukry: 69.97 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 2236.94 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 76.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 303.51 g; W tym cukry: 71.94 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2054.36 kcal; Białko ogółem: 92.27 g; Tłuszcz: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; Węglowodany ogółem: 319.04 g; W tym cukry: 52.97 g; Błonnik pok.: 25.60 g; Sól: 6.64 g;	Wartość energetyczna: 1989.80 kcal; Białko ogółem: 84.81 g; Tłuszcz: 64.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 280.87 g; W tym cukry: 67.52 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 3.98 g;	Wartość energetyczna: 2458.96 kcal; Białko ogółem: 77.64 g; Tłuszcz: 102.67 g; Kw. tł. nasy.: 54.83 g; Węglowodany ogółem: 330.26 g; W tym cukry: 70.23 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 1954.93 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 47.10 g; Kw. tł. nasy.: 12.28 g; Węglowodany ogółem: 292.12 g; W tym cukry: 57.71 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sól: 5.35 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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa
2026-08-19 sobota	Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) 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 JEJCZ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</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>) 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 JEJCZ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Schnab 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 (<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. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Schnab gotowany 50 g 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 zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez glutenu, bez mleka) 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schnab gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schnab gotowany 50 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II / ŚN	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g							
	Obiad	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Sznajak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Kopyta ziemniaczane * 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 100 g Sznajak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* b/soli 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka b/soli 100 g Sos jarzynowy* (bez soli) 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Buraczki gotowane 100 g Sznajak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe mielone w sosie w/l 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Buraczki gotowane 100 g Sznajak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Sznajak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane z olejem (bez glutenu)* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Płatki ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mizerna 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sznajak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)							
	Kolacja	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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Brzoskwinia 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	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>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Brzoskwinia 150 g Sałata zielona 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Brzoskwinia 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Brzoskwinia 150 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 Szynka Pastoskwa- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Brzoskwinia 150 g Sałata zielona 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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Brzoskwinia 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Brzoskwinia 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Brzoskwinia 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
PN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt							
		Wartość energetyczna: 2251.43 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 328.29 g; W tym cukry: 56.16 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 9.88 g;	Wartość energetyczna: 2076.06 kcal; Białko ogółem: 69.98 g; Tłuszcz: 50.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 358.39 g; W tym cukry: 36.90 g; Błonnik pok.: 22.11 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 2000.87 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; Tłuszcz: 53.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 293.64 g; W tym cukry: 48.47 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2035.67 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 60.36 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 291.65 g; W tym cukry: 48.47 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 1774.20 kcal; Białko ogółem: 84.24 g; Tłuszcz: 42.94 g; Kw. tł. nasy.: 10.57 g; Węglowodany ogółem: 281.72 g; W tym cukry: 38.25 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 9.74 g;	Wartość energetyczna: 1783.01 kcal; Białko ogółem: 77.48 g; Tłuszcz: 54.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.40 g; Węglowodany ogółem: 261.24 g; W tym cukry: 36.58 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 4.73 g;	Wartość energetyczna: 2194.45 kcal; Białko ogółem: 66.91 g; Tłuszcz: 84.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 322.00 g; W tym cukry: 59.98 g; Błonnik pok.: 38.00 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 1864.18 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 45.24 g; Kw. tł. nasy.: 11.76 g; Węglowodany ogółem: 285.10 g; W tym cukry: 37.17 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 8.03 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
2026-08-20 czwartek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wędzono-wędzona z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem 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.) Szynkowa Extra- wędzonka wędzono-wędzona z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ.) Dymia z wody 100 g Kawa zbożowa z mlekiem 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 wieprzowej 50 g (SOJ.) Dymia z wody 100 g Kawa zbożowa z mlekiem 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.) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ.) Dymia z wody 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	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	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.) Szynkowa Extra- wędzonka wędzono-wędzona z wodą dodaną 100 g (SOJ, GOR.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	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 Dymia z wody 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)							
	Obiad	Ziemniaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sypko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sypko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez soli) MIX 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* bez soli 150 g Ryż na sypko (bez soli) 180 g Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Mięso wieprzowe mielone w sosie w 100 g (GLU, PSZ.) Ziemniaki międe gotowane puree 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sypko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sypko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Leczo wegetariańskie z soczewicą* 300 g Ryż na sypko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Schab gotowany 100 g Ryż na sypko 180 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowana 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.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka 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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka 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.) Schab gotowany (bez soli) 50 g Sałatka jarzynowa z olejem* (bez soli) 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z szynki drobiowej 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) 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.) Pasta z szynki drobiowej 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 15 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 Sałatka jarzynowa z olejem* 150 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.) Ser tołły 50 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) 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 Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2621.68 kcal; Białko ogółem: 115.41 g; Tłuszcz: 83.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 361.16 g; W tym cukry: 57.11 g; Błonnik pok.: 27.65 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 1947.43 kcal; Białko ogółem: 63.95 g; Tłuszcz: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 309.61 g; W tym cukry: 37.92 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2538.16 kcal; Białko ogółem: 115.25 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 361.15 g; W tym cukry: 50.62 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sól: 5.12 g;	Wartość energetyczna: 2161.64 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 294.64 g; W tym cukry: 59.73 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2033.32 kcal; Białko ogółem: 69.81 g; Tłuszcz: 65.48 g; Kw. tł. nasy.: 10.86 g; Węglowodany ogółem: 308.23 g; W tym cukry: 37.18 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2195.43 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 76.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 293.43 g; W tym cukry: 38.07 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 2.44 g;	Wartość energetyczna: 2729.18 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 114.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.09 g; Węglowodany ogółem: 345.93 g; W tym cukry: 52.39 g; Błonnik pok.: 30.68 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 2151.09 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 60.24 g; Kw. tł. nasy.: 13.47 g; Węglowodany ogółem: 309.20 g; W tym cukry: 41.03 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 5.35 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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa
2026-08-21 pątek	Sniadanie	Kasza mannana 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>) Pomidor 100 g Mix салат 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szyunka zapiekana wierzchowa, 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 Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza mannana na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza mannana 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 jaj 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Mix салат 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>) 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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Mix салат 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza mannana 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>) Papryka świeża 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szyunkowa Extra- wędzona wierzchowa, wędzona, z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ,</u>)							
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pierogi z truskawkami* 300 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) b/soli 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) (bez soli) 100 g (<u>RYB,</u>) Ryba pieczona (Miruna) (bez soli) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (bez soli) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane (bez soli) 180 g Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) mielona Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez glutenu, mleka) 400 ml (<u>SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (bez glutenu, mleka) 80 ml Ziemniaki młode gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez glutenu, mleka) 400 ml (<u>SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (bez glutenu, mleka) 80 ml Ziemniaki młode gotowane 180 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapuszy czerwonej z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szyunka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	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>) Pasta z twarogu z koperkiem (bez soli) 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 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, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 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>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata lodowa 10 g
	PN	Drożdżówka z serem 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)				Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt		Drożdżówka z serem 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>)
		Wartość energetyczna: 2509.26 kcal; Białko ogółem: 118.98 g; Tłuszcz: 82.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 342.00 g; W tym cukry: 65.03 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2122.89 kcal; Białko ogółem: 68.45 g; Tłuszcz: 50.80 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; W tym cukry: 59.90 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Gó: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2200.21 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 71.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 303.91 g; W tym cukry: 58.52 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2316.90 kcal; Białko ogółem: 109.60 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 310.78 g; W tym cukry: 62.48 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 1875.81 kcal; Białko ogółem: 86.54 g; Tłuszcz: 53.63 g; Kw. tł. nasy.: 12.82 g; Węglowodany ogółem: 280.42 g; W tym cukry: 50.28 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2000.31 kcal; Białko ogółem: 80.73 g; Tłuszcz: 70.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 273.73 g; W tym cukry: 62.04 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sól: 3.20 g;	Wartość energetyczna: 2212.94 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 71.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 309.73 g; W tym cukry: 64.43 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 1886.18 kcal; Białko ogółem: 97.93 g; Tłuszcz: 51.24 g; Kw. tł. nasy.: 12.74 g; Węglowodany ogółem: 281.60 g; W tym cukry: 48.15 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sól: 5.70 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
2026-08-22 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kiełbaski śląskie z kurczaka 100 g (<u>może zawierać: GOR.</u>) banan 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>)	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Bułka 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>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g banan 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z wędliny drobiowej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałata lodowa 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>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Banan 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>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>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</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 Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II Śni	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)							
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wiewprzowy 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Kluski śląskie 300 g (<u>JAJ.</u>) Sos bazylkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL.</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 soli)* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wiewprzowy (bez soli). 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) 100 g Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wiewprzowy 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz wiewprzowy 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wiewprzowy (bez glutenu). 180 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 150 g Kasza bulgur 180 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka 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 Filet z kurczaka gotowany 100 g Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Jogurt naturalny 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wiewprzowego, 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) 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 (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wiewprzowego, 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g	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>) Pasta z szynki wiewprzowej* 50 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 wiewprzowej* 50 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 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>) Paszlet sojowy z pomidorami 100 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) 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 drobiowej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dynia z wody 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 50 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 5 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>) 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: 2885.63 kcal; Białko ogółem: 133.07 g; Tłuszcz: 105.58 g; Kw. tł. nasy.: 45.34 g; Węglowodany ogółem: 371.38 g; W tym cukry: 62.09 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sól: 10.50 g;	Wartość energetyczna: 2214.66 kcal; Białko ogółem: 62.22 g; Tłuszcz: 67.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 358.81 g; W tym cukry: 42.76 g; Błonnik pok.: 28.61 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2401.80 kcal; Białko ogółem: 121.34 g; Tłuszcz: 79.34 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 319.65 g; W tym cukry: 45.24 g; Błonnik pok.: 25.26 g; Sól: 4.79 g;	Wartość energetyczna: 2284.32 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 75.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; W tym cukry: 60.53 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2198.16 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 68.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; W tym cukry: 40.56 g; Błonnik pok.: 31.26 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2393.13 kcal; Białko ogółem: 99.66 g; Tłuszcz: 87.37 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 414.29 g; W tym cukry: 70.76 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 2.59 g;	Wartość energetyczna: 2847.77 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 106.77 g; Kw. tł. nasy.: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 414.29 g; W tym cukry: 87.74 g; Błonnik pok.: 53.43 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 1975.43 kcal; Białko ogółem: 113.20 g; Tłuszcz: 47.90 g; Kw. tł. nasy.: 12.07 g; Węglowodany ogółem: 290.58 g; W tym cukry: 41.27 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sól: 5.37 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
2026-08-23 niedziela	Sniadanie	Kasza jaglana 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 ,) 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 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 ,) Bułka pszenna długa krojona 50 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 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 ,) 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 салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana 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 (GLU PSZ ,) Pasta warzywna* 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 ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozdr.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad. 50 g Szynkowa debowa 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 ,) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozdr.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad. 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 ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Schab gotowany 50 g Pasta warzywna* 100 g (SEL ,) Herbata czarna granulowana 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 ,) Schab gotowany 50 g Pasta warzywna* 100 g (SEL ,) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚNI	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g							
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki młode gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Kluskі śląskie* 300 g (JAJ ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL ,) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s (bez soli) 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki młode gotowane (bez soli) 180 g Brokuł gotowany (bez soli)* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Mięso drobiowe mielone w sosie w 100 g (GLU PSZ ,) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g 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 ,) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki młode gotowane 180 g Brokuł 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 ,) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL ,) Ziemniaki młode gotowane 180 g Brokuł 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 ,) Kiełbasy sojowe panierowane 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE ,) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surowka z kapuśy białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Zielarki młode gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL ,) 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 ,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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 ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 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 ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Twarożek 100 g (MLE ,) Pomidor 100 g Mix салат 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 ,) 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 ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) 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 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 i siemienia z natką pietruszki 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 ,) Bułka pszenna długa krojona 50 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	Bułka 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
PN			Chalka 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE ,)		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Pasta z wędliny wieprzowej 30 g (SOJ ,) Jabłko pieczone 150 g		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chalka 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE ,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Schab gotowany 30 g Salata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2370.52 kcal; Białko ogółem: 125.39 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; W tym cukry: 47.76 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sol: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2070.29 kcal; Białko ogółem: 60.05 g; Tłuszcz: 58.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 343.51 g; W tym cukry: 31.77 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sol: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 1990.96 kcal; Białko ogółem: 107.63 g; Tłuszcz: 54.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 263.26 g; W tym cukry: 41.76 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sol: 4.28 g;	Wartość energetyczna: 2301.97 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 311.45 g; W tym cukry: 55.58 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sol: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 1738.24 kcal; Białko ogółem: 88.48 g; Tłuszcz: 47.04 g; Kw. tł. nasy.: 12.08 g; Węglowodany ogółem: 258.45 g; W tym cukry: 21.95 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sol: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 1838.62 kcal; Białko ogółem: 79.97 g; Tłuszcz: 61.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 255.88 g; W tym cukry: 35.24 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sol: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 2488.53 kcal; Białko ogółem: 98.52 g; Tłuszcz: 89.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 346.61 g; W tym cukry: 49.17 g; Błonnik pok.: 39.05 g; Sol: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2119.85 kcal; Białko ogółem: 111.95 g; Tłuszcz: 67.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 285.16 g; W tym cukry: 31.44 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sol: 5.98 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	
2026-08-24, poniedziałek	Śniadanie	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 , Szynkowa Extra- wędzonka wędzona,z wodą dodaną, 50 g (SOJ , Dymia pieczona z natką pietruszki 100 g (GLUPSZ , Sałata zielona 10 g (GLU PSZ , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,)	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 , Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ , Dymia pieczona z natką pietruszki 100 g (GLUPSZ , Sałata zielona 10 g (GLU PSZ , 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 , Pastę z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ , Dymia pieczona z natką pietruszki 100 g (GLUPSZ , Sałata zielona 10 g (GLU PSZ , Kawa zbożowa z mlekiem 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 , Pastę z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ , Dymia pieczona z natką pietruszki 100 g (GLUPSZ , Kawa zbożowa z mlekiem 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 (MLE , Szynkowa Extra- wędzonka wędzona,z wodą dodaną, 50 g (SOJ , Dymia pieczona z natką pietruszki 100 g (GLUPSZ , Sałata zielona 10 g (GLU PSZ , 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT , Dymia z wody 100 g (GLU PSZ , Sałata zielona 10 g (GLU PSZ , Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 , Hummus z ciecierzycy 100 g (GLUPSZ , Dymia pieczona z natką pietruszki 100 g (GLUPSZ , Sałata zielona 10 g (GLU PSZ , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,)	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 (MLE , Schab gotowany 50 g (GLU PSZ , Dymia pieczona z natką pietruszki 100 g (GLUPSZ , Sałata zielona 10 g (GLU PSZ , Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 5 g (MLE , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g								
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Kuski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ , Mus z truskawek b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml(GLU PSZ, SEL , Kuski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ , Mus z truskawek b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, bez soli) * 400 ml (GLU PSZ, SEL , Kuski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ , Mus z truskawek b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Mieśo wieprzowe mielone w sosie w 100 g (GLU PSZ , Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL , Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL , Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, SEL , Ryż na sypko 180 g Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL , Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL , Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) * 400 ml (SEL , Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ , Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (SEL , Ryż na sypko 180 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Kuski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ , Mus z truskawek b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Ryż na sypko 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL , Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	
	PD	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,)								
	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 , Sałatka wiosenna - diety 100 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 , Serek homo. naturalny 50 g (MLE , Sałatka wiosenna - diety 100 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 , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ , Sałatka wiosenna - diety (bez soli) 100 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 , mielone Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ , Pastę warzywna z brokulem* 100 g (SEL , Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałatka wiosenna - diety 100 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 , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ , Sałatka wiosenna - diety 100 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 , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ , Sałatka wiosenna - diety 100 g Mix sałat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE , Pastę warzywna z brokulem* 100 g (SEL , Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2787.94 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 89.20 g; Kw. tł. nasy.: 38.80 g; Węglowodany ogółem: 403.55 g; W tym cukry: 94.92 g; Błonnik pok.: 21.22 g; Sól: 12.04 g;	Wartość energetyczna: 2173.95 kcal; Białko ogółem: 70.52 g; Tłuszcz: 62.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 346.03 g; W tym cukry: 69.62 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2554.98 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 78.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 374.39 g; W tym cukry: 99.43 g; Błonnik pok.: 19.55 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 2335.06 kcal; Białko ogółem: 103.97 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; W tym cukry: 54.47 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2061.11 kcal; Białko ogółem: 81.13 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw. tł. nasy.: 12.60 g; Węglowodany ogółem: 307.50 g; W tym cukry: 36.85 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2181.81 kcal; Białko ogółem: 85.41 g; Tłuszcz: 84.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 282.46 g; W tym cukry: 46.02 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 5.06 g;	Wartość energetyczna: 2588.60 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 88.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 378.94 g; W tym cukry: 90.53 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2050.47 kcal; Białko ogółem: 103.13 g; Tłuszcz: 53.27 g; Kw. tł. nasy.: 10.71 g; Węglowodany ogółem: 304.10 g; W tym cukry: 39.56 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 4.73 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
2026-08-25 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plasterki 100 g Sałata lodowa 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Buraczki gotowane plasterki 100 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 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plasterki (bes soli) 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 60 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Buraczki gotowane plasterki 100 g Herbata czarna ekspresowa 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 Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plasterki 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.)	Ziemniaczana *(bez glutenu) 300 ml (MLE, SEL.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plasterki 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plasterki 100 g Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 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 plasterki 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)							
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU, PSZ.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kopyłka ziemniaczane 300 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml Sos pietruszkowy (bez soli)* 80 ml Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez soli)* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 100 g Sos pietruszkowy (bez soli)* 80 ml Ziemniaki młode gotowane (bez soli) 180 g Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe mielone w sosie w/ 100 g (GLU, PSZ.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80 ml Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie 300 g (GLU, PSZ, MLE.) Surowka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Ziemniaki młode gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Biszkopty 30 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.)							
	Kolacja	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.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 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	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) 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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 15 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 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.) Sałatka z odcierzczy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2226.79 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 65.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 314.96 g; W tym cukry: 54.71 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2031.87 kcal; Białko ogółem: 53.69 g; Tłuszcz: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 336.00 g; W tym cukry: 27.18 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 5.12 g;	Wartość energetyczna: 1885.99 kcal; Białko ogółem: 118.62 g; Tłuszcz: 45.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 267.63 g; W tym cukry: 45.52 g; Błonnik pok.: 25.27 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 2098.33 kcal; Białko ogółem: 103.63 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 273.20 g; W tym cukry: 47.99 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 1779.47 kcal; Białko ogółem: 82.68 g; Tłuszcz: 50.56 g; Kw. tł. nasy.: 10.11 g; Węglowodany ogółem: 267.68 g; W tym cukry: 28.05 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 1809.18 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 59.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; Węglowodany ogółem: 247.65 g; W tym cukry: 33.54 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 4.36 g;	Wartość energetyczna: 2370.18 kcal; Białko ogółem: 95.56 g; Tłuszcz: 84.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.73 g; Węglowodany ogółem: 329.07 g; W tym cukry: 47.04 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 1815.72 kcal; Białko ogółem: 116.16 g; Tłuszcz: 43.30 g; Kw. tł. nasy.: 10.25 g; Węglowodany ogółem: 259.37 g; W tym cukry: 34.75 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 6.26 g;

		W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmielczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Vegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa
2026-08-26 środa	Śniadanie	Ryz 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 .) Jabłko pieczone 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 (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE .) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryz 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 .) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE .) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE .) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) 300 ml (MLE, SEL .) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE .) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryz 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 .) Jabłko 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 Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II/ŚN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE .)							
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL .) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE .) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL .) Pysz ziemniaczane* 300 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE .) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) (bez soli) 400 ml (GLU PSZ, SEL .) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 100 g Sos koperkowy *(bez soli) 80 ml (GLU PSZ, MLE .) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c (bez soli) 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* (bez soli) 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL .) Mięso drobiowe mielone w sosie w 100 g (GLU PSZ) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Dynia z wody 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL .) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 80 ml Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL .) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 80 ml Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL .) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (SDJ, SEL, GLU JECZ.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE .) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (MLE, SDJ .) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL .) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Dynia z wody 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PO	Chleb mieszany pszenno-żytni 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							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL .) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 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 .) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL .) Pomidor 100 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 .) 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 (MLE .)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Pasta z wędliny drobiowej 50 g Brokol gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 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 Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL .) Pomidor 100 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 .) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ .) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE .)	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 .) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL .) Ogórek świeży 100 g Mix sałat 10 g Kefir 2.0% tł 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 Brokol gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE .)
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt							Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g
		Wartość energetyczna: 2609.90 kcal; Białko ogółem: 127.50 g; Tłuszcz: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 382.81 g; W tym cukry: 72.65 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2144.11 kcal; Białko ogółem: 69.51 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 372.28 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2128.36 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 56.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; Węglowodany ogółem: 315.49 g; W tym cukry: 65.40 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sól: 4.14 g;	Wartość energetyczna: 2099.65 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; W tym cukry: 50.25 g; Błonnik pok.: 20.82 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2092.26 kcal; Białko ogółem: 99.51 g; Tłuszcz: 52.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.95 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; W tym cukry: 50.25 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2126.90 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 296.76 g; W tym cukry: 54.58 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 4.62 g;	Wartość energetyczna: 2305.59 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 65.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 355.44 g; W tym cukry: 68.90 g; Błonnik pok.: 35.17 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 2090.02 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 57.53 g; Kw. tł. nasy.: 14.89 g; Węglowodany ogółem: 293.83 g; W tym cukry: 41.87 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 6.09 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
2026-08-27 czwartek	Śniadanie	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>) Pomidor 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 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>) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g 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>) Pasta z wędliny drobiowej 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g 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 długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z wędliny drobiowej 50 g Cukinia pieczona z olejem * 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 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) 300 ml (<u>MLE, SEL,</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	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>) Serek Fromage 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Pomidor 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>) 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 Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II/ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)							
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop*-dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Makaron z warzywami i tofu 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez soli) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron (bez soli) 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop*-dieta (bez soli) 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Fasolka szparagowa z wody (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 Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (<u>SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop*-dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Szyzka wieprzowa gotowana 100 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z warzywami i tofu 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Brokuł z ziódek białej i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 180 g Schab gotowany 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>) Łopatką zbiojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</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>) Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Pomidor 100 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>) Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 40 g (<u>JAJ, 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>) 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 Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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>) Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Buraczki gotowane 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml 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>) Paszet z fasoli*, 100 g (<u>JAJ,</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g 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 Schab gotowany 50 g Sałata zielona 10 g Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	PN	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2786.20 kcal; Białko ogółem: 121.43 g; Tłuszcz: 84.12 g; Kw. tł. nasy.: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 372.30 g; W tym cukry: 48.74 g; Błonnik pok.: 25.77 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 1917.36 kcal; Białko ogółem: 66.96 g; Tłuszcz: 43.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 299.33 g; W tym cukry: 21.21 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2469.97 kcal; Białko ogółem: 117.72 g; Tłuszcz: 65.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.35 g; Węglowodany ogółem: 336.94 g; W tym cukry: 47.71 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 4.62 g;	Wartość energetyczna: 2238.73 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz: 81.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.77 g; Węglowodany ogółem: 279.48 g; W tym cukry: 66.29 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2025.26 kcal; Białko ogółem: 88.91 g; Tłuszcz: 58.49 g; Kw. tł. nasy.: 15.93 g; Węglowodany ogółem: 300.85 g; W tym cukry: 33.73 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sól: 5.28 g;	Wartość energetyczna: 1818.38 kcal; Białko ogółem: 90.53 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 256.19 g; W tym cukry: 36.80 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 2.93 g;	Wartość energetyczna: 2815.69 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; Tłuszcz: 102.74 g; Kw. tł. nasy.: 55.49 g; Węglowodany ogółem: 362.60 g; W tym cukry: 52.90 g; Błonnik pok.: 32.26 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2095.71 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 47.59 g; Kw. tł. nasy.: 14.52 g; Węglowodany ogółem: 284.36 g; W tym cukry: 32.25 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 6.16 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 Trzuskowa
2026-08-26 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Banan 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 długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza mannana 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>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 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>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN								
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez soli)* 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Knedle z truskawkami* 300 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięś z jabłek prażonych 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* (bez soli) 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) (bez soli) 100 g (<u>RYB</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) mielona Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* (bez glutenu) 100 g (<u>SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 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>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Mix sałat z marchewką i olejem 100 g Rukola 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 100 g Rukola 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 100 g Rukola 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 jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>) Jabłko pieczone 150 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Mix sałat z marchewką i olejem 100 g Rukola 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Mix sałat z marchewką i olejem 100 g Rukola 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 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>) Mix sałat z marchewką i olejem 100 g Rukola 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>) 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 Kefir 2.0% tł 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
		Wartość energetyczna: 2398.41 kcal; Białko ogółem: 114.21 g; Tłuszcz: 77.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 336.10 g; W tym cukry: 83.98 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2139.66 kcal; Białko ogółem: 61.86 g; Tłuszcz: 45.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 400.01 g; W tym cukry: 69.47 g; Błonnik pok.: 20.63 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2265.77 kcal; Białko ogółem: 111.50 g; Tłuszcz: 70.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.58 g; Węglowodany ogółem: 312.23 g; W tym cukry: 76.14 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2174.81 kcal; Białko ogółem: 104.08 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 305.06 g; W tym cukry: 74.60 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2016.58 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 61.81 g; Kw. tł. nasy.: 13.67 g; Węglowodany ogółem: 292.09 g; W tym cukry: 54.52 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2108.59 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 281.16 g; W tym cukry: 62.28 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2274.83 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 77.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 312.78 g; W tym cukry: 73.94 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2054.37 kcal; Białko ogółem: 106.36 g; Tłuszcz: 55.45 g; Kw. tł. nasy.: 14.69 g; Węglowodany ogółem: 296.45 g; W tym cukry: 70.30 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 5.24 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
2026-08-29 sobota	Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</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 wędziona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ.</u> , <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ.</u> , <u>MLE, SEL.</u> , <u>GOR.</u> , <u>GLU, ŻYT.</u> , <u>GLU, OW.</u> , <u>GLU, JECZ.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>)	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Bułka 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>) Szynka zapiekana wędziona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ.</u> , <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ.</u> , <u>MLE, SEL.</u> , <u>GOR.</u> , <u>GLU, ŻYT.</u> , <u>GLU, OW.</u> , <u>GLU, JECZ.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</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 lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza mannana 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 wieprzowej 50 g (<u>SOJ.</u> , <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ.</u> , <u>MLE, SEL.</u> , <u>GOR.</u> , <u>GLU, ŻYT.</u> , <u>GLU, OW.</u> , <u>GLU, JECZ.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) 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.</u> , <u>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 owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</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 Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II-SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)							
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 180 g (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypek z kurkumą 180 g Buraczki gotowane 100 g Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Sosio togielański 300 g (<u>SEL.</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 100 g Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez soli)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa (bez soli) 180 g (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypek (bez soli) 180 g Buraczki gotowane (bez soli) 100 g Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Buraczki gotowane 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu) 180 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypek z kurkumą 180 g Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu) 180 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypek z kurkumą 180 g Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ryż na sypek z kurkumą 180 g Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki młode gotowane 180 g Buraczki gotowane 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% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g							
	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>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</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 Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 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>) Schab gotowany (bez soli) 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 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>) 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 zielona 20 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>) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 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>) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)				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 Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 50 g (<u>SEZ.</u> , <u>może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2444.47 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz: 71.22 g; Kw. tł. nasy.: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 360.08 g; W tym cukry: 68.93 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 10.00 g;	Wartość energetyczna: 1849.68 kcal; Białko ogółem: 61.84 g; Tłuszcz: 52.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 302.57 g; W tym cukry: 41.80 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2022.96 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 53.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 303.34 g; W tym cukry: 47.32 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 4.25 g;	Wartość energetyczna: 2063.11 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 292.40 g; W tym cukry: 60.25 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 1933.11 kcal; Białko ogółem: 80.13 g; Tłuszcz: 47.72 g; Kw. tł. nasy.: 12.43 g; Węglowodany ogółem: 317.80 g; W tym cukry: 29.51 g; Błonnik pok.: 27.99 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2073.59 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 302.54 g; W tym cukry: 38.13 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 2.40 g;	Wartość energetyczna: 2360.90 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 72.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 351.22 g; W tym cukry: 59.90 g; Błonnik pok.: 39.04 g; Sól: 5.20 g;	Wartość energetyczna: 1837.64 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 40.86 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; Węglowodany ogółem: 278.79 g; W tym cukry: 48.77 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 5.38 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
2026-08-30 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa 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.) Lusolka zbijnicza wędzona 40 g (SOJ, MŁŻ, może zawierać: GLU, PSZ., JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna 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.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza mannna 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 (SOJ, MŁŻ, może zawierać: GLU, PSZ., JAJ, MLE, SEL, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 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.) 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, MŁŻ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna 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.) Paszet sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR.) Pomidor 100 g Salata zielona 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 Filet z kurczaka gotowany 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g							
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kluski śląskie* 180 g (JAJ.) Szarpana wieprzowina 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Knedle z truskawkami* 300 g (GLU, PSZ.) Sos tartarowy z twarogiem b/c 80 g (MLE.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez soli)* 400 ml (MLE, SEL.) Sos pieczeniowy b/soli 80 ml (GLU, PSZ.) Ziemniaki młode gotowane (bez soli) 180 g Schab gotowany (bez soli) 100 g Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Zupa krem z pomidorów + 400 g Ziemniaki młode gotowane puree 180 g Mięso wieprzowe mielone w sosie w/ 100 g (GLU, PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Brokoli gotowany* 100 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Kluski śląskie* 180 g (JAJ.) Szarpana wieprzowina 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Szarpana wieprzowina (bez glutenu) 100 g Sos pieczeniowy (bez glutenu) 80 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Knedle z truskawkami* 300 g (GLU, PSZ.) Sos tartarowy z twarogiem b/c 80 g (MLE.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 180 g Szarpana wieprzowina 100 g (GLU, PSZ.) Brokoli gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 300 ml
	PD	Kefir 2.0% tł 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Arbuz 150 g Salata 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.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Arbuz 150 g Salata 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Arbuz 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabko pieczone 150 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Arbuz 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, MŁŻ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Arbuz 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 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.) Arbuz 150 g Salata 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 Schab gotowany 50 g Jabko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2560.10 kcal; Białko ogółem: 118.79 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 363.47 g; W tym cukry: 61.60 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 1972.51 kcal; Białko ogółem: 67.36 g; Tłuszcz: 44.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 344.77 g; W tym cukry: 38.58 g; Błonnik pok.: 13.63 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 1967.74 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 49.57 g; Kw. tł. nasy.: 23.64 g; Węglowodany ogółem: 291.07 g; W tym cukry: 55.63 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 3.91 g;	Wartość energetyczna: 2076.96 kcal; Białko ogółem: 94.73 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 280.97 g; W tym cukry: 57.99 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2086.15 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 17.16 g; Węglowodany ogółem: 311.81 g; W tym cukry: 44.43 g; Błonnik pok.: 25.26 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 1997.42 kcal; Białko ogółem: 67.56 g; Tłuszcz: 65.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 276.93 g; W tym cukry: 53.35 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 2.76 g;	Wartość energetyczna: 2278.08 kcal; Białko ogółem: 72.81 g; Tłuszcz: 68.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 367.38 g; W tym cukry: 52.37 g; Błonnik pok.: 20.97 g; Sól: 5.96 g;	Wartość energetyczna: 1940.25 kcal; Białko ogółem: 100.08 g; Tłuszcz: 56.52 g; Kw. tł. nasy.: 13.26 g; Węglowodany ogółem: 273.58 g; W tym cukry: 33.44 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 4.98 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,