

	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. wydźz. 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 Ubogonenergetyczna	
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, 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>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, 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>)	Płatki pszenne 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>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, 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>)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</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>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, 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>)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 15 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	
II ŚN				Jogurt naturalny z owsianką i owocami 150 g (<u>MLE, GLU OW,</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Hummus 50 g (<u>SEZ,</u>) Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny z owsianką i owocami 150 g (<u>MLE, GLU OW,</u>)	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	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Brokułowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (<u>SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Brokułowa 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>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g	Brokułowa 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>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (<u>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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (<u>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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL,</u>) Buraćki gotowane 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL,</u>) Buraćki gotowane 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (<u>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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (<u>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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (<u>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. 10 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (<u>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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (<u>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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (<u>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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Kalarepa 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (<u>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 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynkowa dębowa 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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Kalarepa 50 g			
	Wartość energetyczna: 2094.07 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.61 g; Węglowodany ogółem: 315.54 g; W tym cukry: 74.44 g; Błonnik pok.: 38.33 g; Sól: 8.43 g; Sód: 3352.31 mg;	Wartość energetyczna: 2184.99 kcal; Białko ogółem: 85.74 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 316.24 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 8.41 g; Sód: 3345.38 mg;	Wartość energetyczna: 2188.59 kcal; Białko ogółem: 87.21 g; Tłuszcz: 73.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.27 g; Węglowodany ogółem: 316.13 g; W tym cukry: 73.46 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sól: 8.12 g; Sód: 3225.38 mg;	Wartość energetyczna: 2335.30 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Tłuszcz: 76.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 339.27 g; W tym cukry: 88.48 g; Błonnik pok.: 33.59 g; Sól: 8.34 g; Sód: 3325.27 mg;	Wartość energetyczna: 2114.52 kcal; Białko ogółem: 94.95 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.89 g; Węglowodany ogółem: 306.72 g; W tym cukry: 61.41 g; Błonnik pok.: 43.09 g; Sól: 8.68 g; Sód: 3452.62 mg;	Wartość energetyczna: 2184.74 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 17.20 g; Węglowodany ogółem: 319.72 g; W tym cukry: 33.84 g; Błonnik pok.: 48.60 g; Sól: 8.57 g; Sód: 3404.62 mg;	Wartość energetyczna: 2243.86 kcal; Białko ogółem: 93.60 g; Tłuszcz: 77.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.19 g; Węglowodany ogółem: 313.98 g; W tym cukry: 61.64 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sól: 9.34 g; Sód: 3713.47 mg;	Wartość energetyczna: 2044.01 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 57.16 g; Kw. tł. nasy.: 12.05 g; Węglowodany ogółem: 302.53 g; W tym cukry: 59.23 g; Błonnik pok.: 54.44 g; Sól: 10.02 g; Sód: 3990.94 mg;	Wartość energetyczna: 2218.34 kcal; Białko ogółem: 119.77 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 319.01 g; W tym cukry: 53.44 g; Błonnik pok.: 44.65 g; Sól: 8.63 g; Sód: 3423.66 mg;	Wartość energetyczna: 1988.35 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; Tłuszcz: 58.80 g; Kw. tł. nasy.: 15.71 g; Węglowodany ogółem: 304.79 g; W tym cukry: 42.47 g; Błonnik pok.: 45.45 g; Sól: 8.58 g; Sód: 3408.20 mg;	

	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. wydż. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. węgl. i z ogr. tłuszczy	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonenergetyczna
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JA.J.) Sliwka 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JA.J.) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JA.J, 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JA.J, SOJ, SEL., GOR.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JA.J.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (JA.J.) Pomidor 100 g Salata 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JA.J, SOJ, SEL., GOR.) Jabłko pieczone 150 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%tłt. 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JA.J.) Ogórek świeży 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JA.J, SOJ, SEL., GOR.) Sliwka 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JA.J.) Sliwka 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚN				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 (GLU PSZ, 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%tłt. 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Papryka świeża 50 g			
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL., SO2) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dyńia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 200 g (GLU PSZ) Dyńia duszona z marchewką 100g (GLU PSZ) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 200 g (GLU PSZ) Dyńia duszona z marchewką** 100 g (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL., SO2) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Solferino (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL., SO2) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL., SO2) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dyńia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL., SO2) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dyńia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Solferino (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dyńia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Galaretk drobiowa z udżcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Ogórek świeży 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Galaretk drobiowa z udżcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretk drobiowa z udżcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Galaretk drobiowa z udżcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mix salat 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 Galaretk drobiowa z udżcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Ogórek świeży 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretk drobiowa z udżcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 10 g Galaretk drobiowa z udżcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretk drobiowa z udżcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretk drobiowa z udżcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretk drobiowa z udżcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Mini serniczki z musem malinowym b/c+ 150 g (JA.J, 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 Pomidor 50 g	Mini serniczki z musem malinowym b/c+ 150 g (JA.J, MLE.)	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Mini serniczki z musem malinowym b/c+ 150 g (JA.J, MLE.)		
	Wartość energetyczna: 2263.95 kcal; Białko ogółem: 120.47 g; Tłuszcz: 70.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 310.46 g; W tym cukry: 52.54 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 6.61 g; Sód: 2636.83 mg;	Wartość energetyczna: 2348.53 kcal; Białko ogółem: 123.11 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 317.98 g; W tym cukry: 55.45 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 6.36 g; Sód: 2535.86 mg;	Wartość energetyczna: 2276.33 kcal; Białko ogółem: 120.18 g; Tłuszcz: 63.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.50 g; Węglowodany ogółem: 316.09 g; W tym cukry: 58.56 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sól: 6.68 g; Sód: 2654.34 mg;	Wartość energetyczna: 2546.20 kcal; Białko ogółem: 130.34 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 351.63 g; W tym cukry: 58.72 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sól: 7.86 g; Sód: 3137.70 mg;	Wartość energetyczna: 2206.28 kcal; Białko ogółem: 130.34 g; Tłuszcz: 73.34 g; Kw. tł. nasy.: 19.40 g; Węglowodany ogółem: 289.27 g; W tym cukry: 39.97 g; Błonnik pok.: 41.62 g; Sól: 6.82 g; Sód: 2702.24 mg;	Wartość energetyczna: 2189.27 kcal; Białko ogółem: 121.40 g; Tłuszcz: 64.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.17 g; Węglowodany ogółem: 326.71 g; W tym cukry: 33.06 g; Błonnik pok.: 46.59 g; Sól: 8.01 g; Sód: 3170.96 mg;	Wartość energetyczna: 2326.54 kcal; Białko ogółem: 127.78 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 317.16 g; W tym cukry: 51.22 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 8.01 g; Sód: 3183.11 mg;	Wartość energetyczna: 1798.92 kcal; Białko ogółem: 118.23 g; Tłuszcz: 44.83 g; Kw. tł. nasy.: 10.63 g; Węglowodany ogółem: 253.38 g; W tym cukry: 40.73 g; Błonnik pok.: 44.73 g; Sól: 7.52 g; Sód: 2986.41 mg;	Wartość energetyczna: 2122.32 kcal; Białko ogółem: 115.58 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 17.56 g; Węglowodany ogółem: 299.98 g; W tym cukry: 56.05 g; Błonnik pok.: 40.24 g; Sól: 6.52 g; Sód: 2592.81 mg;	Wartość energetyczna: 1704.70 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; Tłuszcz: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 15.40 g; Węglowodany ogółem: 219.66 g; W tym cukry: 43.87 g; Błonnik pok.: 34.22 g; Sól: 5.40 g; Sód: 2143.64 mg;

	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 Ubogonegetyczna	
2025-10-14 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wędziona, wędz. parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Rzodkiew biała rozdrobniona 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wędziona, wędz. parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wędziona, wędz. parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana wędziona, wędz. parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Rzodkiew biała rozdrobniona 100 g Sałata zielona 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 Szynka z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Rzodkiew biała rozdrobniona 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb żyrny pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana wędziona, wędz. parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Rzodkiew biała rozdrobniona 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb żyrny pełnoziarnisty 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynka zapiekana wędziona, wędz. parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Rzodkiew biała rozdrobniona 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana wędziona, wędz. parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Rzodkiew biała rozdrobniona 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana wędziona, wędz. parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Rzodkiew biała rozdrobniona 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa drobno drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10g (GLU OW.) Jabko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynkowa drobno drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Słupki z marchewki 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10g (GLU OW.) Jabko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10g (GLU OW.) Jabko 150 g			
	Obiad	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mieśo drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mieśo drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mieśo drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mieśo drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mieśo drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mieśo drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mieśo drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mieśo drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mieśo drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Gryskowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mieśo drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Gruszka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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 Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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 Piastowska- wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, 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.) Jabko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb żyrny pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabko 150 g 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka wiśniowa- wędziona, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka wiśniowa- wędziona, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb żyrny pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynka wiśniowa- wędziona, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
	Wartość energetyczna: 1928.50 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 54.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 298.71 g; W tym cukry: 55.03 g; Błonnik pok.: 32.70 g; Sól: 8.56 g; Sód: 3414.68 mg;	Wartość energetyczna: 1973.69 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 293.65 g; W tym cukry: 52.85 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 8.41 g; Sód: 3389.95 mg;	Wartość energetyczna: 1965.29 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz: 54.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; Węglowodany ogółem: 293.60 g; W tym cukry: 52.67 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 8.51 g; Sód: 3389.95 mg;	Wartość energetyczna: 2190.07 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 60.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 324.45 g; W tym cukry: 58.30 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 9.91 g; Sód: 3962.56 mg;	Wartość energetyczna: 2052.89 kcal; Białko ogółem: 102.09 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tł. nasy.: 14.77 g; Węglowodany ogółem: 311.43 g; W tym cukry: 58.30 g; Błonnik pok.: 40.66 g; Sól: 7.77 g; Sód: 3087.12 mg;	Wartość energetyczna: 1946.71 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 13.72 g; Węglowodany ogółem: 299.61 g; W tym cukry: 34.29 g; Błonnik pok.: 43.06 g; Sól: 10.25 g; Sód: 4089.63 mg;	Wartość energetyczna: 2140.47 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 320.76 g; W tym cukry: 61.90 g; Błonnik pok.: 27.96 g; Sól: 8.21 g; Sód: 3269.70 mg;	Wartość energetyczna: 1936.22 kcal; Białko ogółem: 99.73 g; Tłuszcz: 47.11 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; Węglowodany ogółem: 299.88 g; W tym cukry: 63.46 g; Błonnik pok.: 49.38 g; Sól: 7.68 g; Sód: 3058.69 mg;	Wartość energetyczna: 1841.02 kcal; Białko ogółem: 90.91 g; Tłuszcz: 56.09 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 g; Węglowodany ogółem: 222.46 g; W tym cukry: 35.98 g; Błonnik pok.: 36.63 g; Sól: 7.91 g; Sód: 3147.36 mg;	Wartość energetyczna: 1515.72 kcal; Białko ogółem: 76.64 g; Tłuszcz: 48.67 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 g; Węglowodany ogółem: 222.46 g; W tym cukry: 35.98 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 7.08 g; Sód: 2815.66 mg;	

	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. wydż. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonenergetyczna
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet sojowy z pomidorami 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.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, 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.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, 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.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, 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.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ, SEL.) 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 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.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
II SN				Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g (SEL.) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa wielbasza grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Pastą z ciemiecyrzyc z warzywami* 50 g (SEL.) Pomidor 50 g			
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sałata zielona z olejem 60 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sałata zielona z olejem 60 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatką 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. 10 g Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka kostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatką jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (MLE.)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 150 g Płatki owsiane 10g (GLU OW.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JA, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Płatki pszenne 10g (GLU PSZ.) Jabłko 150 g	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2419.36 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz: 90.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 342.84 g; W tym cukry: 66.08 g; Błonnik pok.: 41.76 g; Sól: 8.11 g; Sód: 3236.55 mg;	Wartość energetyczna: 2271.29 kcal; Białko ogółem: 86.74 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 336.72 g; W tym cukry: 65.84 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sól: 8.45 g; Sód: 3373.84 mg;	Wartość energetyczna: 2294.70 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 70.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.74 g; Węglowodany ogółem: 342.11 g; W tym cukry: 69.05 g; Błonnik pok.: 29.85 g; Sól: 8.66 g; Sód: 3453.49 mg;	Wartość energetyczna: 2326.26 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 71.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 346.25 g; W tym cukry: 68.76 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sól: 8.65 g; Sód: 3453.49 mg;	Wartość energetyczna: 2341.61 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 79.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 347.62 g; W tym cukry: 62.06 g; Błonnik pok.: 47.73 g; Sól: 8.37 g; Sód: 3328.78 mg;	Wartość energetyczna: 2344.79 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 82.98 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; Węglowodany ogółem: 348.03 g; W tym cukry: 29.55 g; Błonnik pok.: 52.27 g; Sól: 8.86 g; Sód: 3523.38 mg;	Wartość energetyczna: 2414.96 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz: 78.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.67 g; Węglowodany ogółem: 350.87 g; W tym cukry: 46.51 g; Błonnik pok.: 29.27 g; Sól: 10.77 g; Sód: 4292.41 mg;	Wartość energetyczna: 2125.49 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 58.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.63 g; Węglowodany ogółem: 309.34 g; W tym cukry: 65.87 g; Błonnik pok.: 51.77 g; Sól: 8.96 g; Sód: 3564.32 mg;	Wartość energetyczna: 2229.82 kcal; Białko ogółem: 108.18 g; Tłuszcz: 71.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 316.18 g; W tym cukry: 64.48 g; Błonnik pok.: 40.71 g; Sól: 8.25 g; Sód: 3272.60 mg;	Wartość energetyczna: 1866.27 kcal; Białko ogółem: 70.95 g; Tłuszcz: 64.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 271.35 g; W tym cukry: 55.35 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 6.87 g; Sód: 2735.21 mg;

	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 przysw. węgl i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonenergetyczna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana w pieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana w pieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Mix sałat 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>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczka *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana w pieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Mix sałat 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 pieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa Extra- wędzonka w pieprzowa, wędzona z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Słupki z marchewki 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 Extra- wędzonka w pieprzowa, wędzona z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa Extra- wędzonka w pieprzowa, wędzona z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynkowa Extra- wędzonka w pieprzowa, wędzona z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Słupki z marchewki 50 g		
Obiad	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 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 z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z 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 z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z 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 z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 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 z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z makaronem (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez glutenu, mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z makaronem (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez glutenu, mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 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>) Ryż nasypko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 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>) Ryż nasypko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 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 z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczyptą koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schnab Pieczony w pieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Słupki z marchewki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schnab Pieczony w pieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g
PN	Deser jaglano-jabłkowy 200 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Polewica wiśniowa wędzonka w pieprzowa z dodatkiem wody parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, 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 Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Polewica wiśniowa wędzonka w pieprzowa z dodatkiem wody parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Polewica wiśniowa wędzonka w pieprzowa z dodatkiem wody parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Deser jaglano-jabłkowy 200 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Polewica wiśniowa wędzonka w pieprzowa z dodatkiem wody parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g	
		Wartość energetyczna: 2242.41 kcal; Białko ogółem: 101.66 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 343.57 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 37.86 g; Sól: 6.13 g; Sód: 2436.78 mg;	Wartość energetyczna: 2284.08 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 64.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; W tym cukry: 68.72 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sól: 6.10 g; Sód: 2426.94 mg;	Wartość energetyczna: 2210.56 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 58.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.00 g; Węglowodany ogółem: 339.36 g; W tym cukry: 58.75 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sól: 7.02 g; Sód: 2789.62 mg;	Wartość energetyczna: 2438.88 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz: 65.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.09 g; Węglowodany ogółem: 339.49 g; W tym cukry: 60.72 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 8.32 g; Sód: 3317.30 mg;	Wartość energetyczna: 2158.87 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 325.01 g; W tym cukry: 53.60 g; Błonnik pok.: 45.30 g; Sól: 8.62 g; Sód: 3420.61 mg;	Wartość energetyczna: 2166.26 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 325.91 g; W tym cukry: 46.98 g; Błonnik pok.: 47.14 g; Sól: 7.89 g; Sód: 3129.09 mg;	Wartość energetyczna: 2239.14 kcal; Białko ogółem: 107.47 g; Tłuszcz: 66.28 g; Kw. tł. nasy.: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 325.57 g; W tym cukry: 47.59 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 10.52 g; Sód: 4178.54 mg;	Wartość energetyczna: 2025.28 kcal; Białko ogółem: 108.45 g; Tłuszcz: 62.42 g; Kw. tł. nasy.: 12.81 g; Węglowodany ogółem: 296.35 g; W tym cukry: 61.56 g; Błonnik pok.: 55.39 g; Sól: 8.61 g; Sód: 3424.24 mg;	Wartość energetyczna: 2261.07 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 62.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.60 g; Węglowodany ogółem: 359.64 g; W tym cukry: 65.75 g; Błonnik pok.: 46.68 g; Sól: 6.17 g; Sód: 2447.87 mg;

	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.przysw.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węgl. i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonenergetyczna
2026-10-17 sobota	Śniadanie	Ryż namleku 300 ml (MLE, GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ.) Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (MLE, może zawierać: GOR.) Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.) Banan 150 g	Ryż namleku 300 ml (MLE, GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ.) Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (MLE, może zawierać: GOR.) Banan 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.)	Ryż namleku 300 ml (MLE, GLU PSZ.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska lukusowa 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	Ryż namleku 300 ml (MLE, GLU PSZ.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE, GLU PSZ.) Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawalków mięsa 50 g (SOJ, GOR.) Papryka świeża 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (MLE, może zawierać: GOR.) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna duża krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska lukusowa 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 ZYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szyńska lukusowa 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska lukusowa 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 zbiojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbiojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ZYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Łopatką zbiojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 50 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wiewprzowy. 180 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz wiewprzowy. 180 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz wiewprzowy. 180 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Buraczki gotowane 100 g Kukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g		Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wiewprzowy. 180 g (GLU PSZ.) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wiewprzowy. 180 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wiewprzowy. 180 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wiewprzowy. 180 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Gulasz wiewprzowy. 180 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ.) Szyńska 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ.) Szyńska 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ.) Szyńska 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ.) Szyńska 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska 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 ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska 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 żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ZYT, GLU OW.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Szyńska 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Szyńska 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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.) Szyńska lukusowa 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.) Szyńska lukusowa 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 ZYT.) 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 ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńska lukusowa 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 ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ZYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńska lukusowa 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 ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2919.70 kcal; Białko ogółem: 131.51 g; Tłuszcz: 106.03 g; Kw. tł. nasy.: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 392.58 g; W tym cukry: 84.60 g; Błonnik pok.: 45.85 g; Sól: 9.68 g; Sód: 3867.90 mg;	Wartość energetyczna: 2772.35 kcal; Białko ogółem: 121.34 g; Tłuszcz: 99.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 368.09 g; W tym cukry: 84.44 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sól: 9.43 g; Sód: 3769.88 mg;	Wartość energetyczna: 2425.72 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 74.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 351.73 g; W tym cukry: 70.68 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 8.51 g; Sód: 3401.36 mg;	Wartość energetyczna: 2536.02 kcal; Białko ogółem: 109.91 g; Tłuszcz: 81.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 361.97 g; W tym cukry: 53.36 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sól: 9.77 g; Sód: 3912.98 mg;	Wartość energetyczna: 2789.49 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 114.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 355.29 g; W tym cukry: 50.69 g; Błonnik pok.: 52.74 g; Sól: 11.45 g; Sód: 4567.39 mg;	Wartość energetyczna: 2469.86 kcal; Białko ogółem: 120.80 g; Tłuszcz: 81.75 g; Kw. tł. nasy.: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 356.39 g; W tym cukry: 39.96 g; Błonnik pok.: 53.85 g; Sól: 9.58 g; Sód: 3816.85 mg;	Wartość energetyczna: 2464.77 kcal; Białko ogółem: 107.83 g; Tłuszcz: 82.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.32 g; Węglowodany ogółem: 344.56 g; W tym cukry: 54.43 g; Błonnik pok.: 31.31 g; Sól: 10.43 g; Sód: 4164.56 mg;	Wartość energetyczna: 2286.55 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 71.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 317.56 g; W tym cukry: 58.76 g; Błonnik pok.: 57.57 g; Sól: 10.85 g; Sód: 4336.03 mg;	Wartość energetyczna: 2450.85 kcal; Białko ogółem: 105.40 g; Tłuszcz: 80.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 372.78 g; W tym cukry: 69.91 g; Błonnik pok.: 50.63 g; Sól: 8.43 g; Sód: 3363.86 mg;	Wartość energetyczna: 1973.67 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 73.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 277.18 g; W tym cukry: 63.51 g; Błonnik pok.: 40.14 g; Sól: 6.65 g; Sód: 2655.50 mg;

	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. tłuszców	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonenergetyczna
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynka zapiekana wierzpowa, 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynka zapiekana wierzpowa, 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE , Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pastą warzywna* 100 g (SEL, 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pastą warzywna* 100 g (SEL, Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g, 1 szt (MLE , 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 1 szt Szynka zapiekana wierzpowa, 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	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL, Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa drobniawa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g 1 szt Szynka zapiekana wierzpowa, 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%tłt. 10 g Szynka zapiekana wierzpowa, 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynka zapiekana wierzpowa, 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynka zapiekana wierzpowa, 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 Pomidor 50 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	Jabliko pieczone 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , Płatki owsiane 10g (GLU OW.)	Jabliko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , Płatki owsiane 10g (GLU OW.)			
Ołiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL, Udziec z kurczaka pieczony b/b b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL, Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL, Udziec z kurczaka gotowany b/b b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL, Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, Udziec z kurczaka gotowany b/b b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL, Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, Udziec z kurczaka gotowany b/b b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL, Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL, Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL, Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/b 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, Udziec z kurczaka gotowany b/b b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL, Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL, Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL, Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka pieczony b/b 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 Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ, Udziec z kurczaka pieczony b/b 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, Udziec z kurczaka pieczony b/b b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL, Udziec z kurczaka pieczony b/b 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, Udziec z kurczaka pieczony b/b b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL, Udziec z kurczaka pieczony b/b 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, 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 (GLU PSZ, 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 , Kukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, Masło extra 82% 15 g (MLE , 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g 1 szt 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 50 g (GLU PSZ, 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 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE , Kukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 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 (GLU PSZ, 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 (GLU PSZ, 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 (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 50 g				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , Płatki pszenne 10g (GLU PSZ, Jabliko 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30g (SOJ, Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30g (SOJ, Rzodkiewka 50 g	Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () b/c 50 g	
	Wartość energetyczna: 2180.36 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 303.34 g; W tym cukry: 54.26 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 7.24 g; Sód: 2885.02 mg.	Wartość energetyczna: 2081.05 kcal; Białko ogółem: 104.70 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 297.44 g; W tym cukry: 49.53 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 7.33 g; Sód: 2913.49 mg.	Wartość energetyczna: 2085.46 kcal; Białko ogółem: 101.74 g; Tłuszcz: 60.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 300.94 g; W tym cukry: 50.86 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 7.22 g; Sód: 2871.20 mg.	Wartość energetyczna: 2383.59 kcal; Białko ogółem: 115.18 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.64 g; Węglowodany ogółem: 334.35 g; W tym cukry: 53.02 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 8.23 g; Sód: 3289.31 mg.	Wartość energetyczna: 2164.15 kcal; Białko ogółem: 117.70 g; Tłuszcz: 74.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 293.55 g; W tym cukry: 58.35 g; Błonnik pok.: 40.04 g; Sól: 7.32 g; Sód: 2904.76 mg.	Wartość energetyczna: 2105.70 kcal; Białko ogółem: 105.45 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 17.86 g; Węglowodany ogółem: 315.77 g; W tym cukry: 43.71 g; Błonnik pok.: 40.02 g; Sól: 8.36 g; Sód: 3329.47 mg.	Wartość energetyczna: 2182.64 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 307.43 g; W tym cukry: 53.34 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sól: 8.97 g; Sód: 3567.64 mg.	Wartość energetyczna: 1924.08 kcal; Białko ogółem: 111.14 g; Tłuszcz: 56.60 g; Kw. tł. nasy.: 14.94 g; Węglowodany ogółem: 266.22 g; W tym cukry: 64.35 g; Błonnik pok.: 46.60 g; Sól: 8.26 g; Sód: 3288.45 mg.	Wartość energetyczna: 2186.98 kcal; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 72.30 g; Kw. tł. nasy.: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 309.60 g; W tym cukry: 55.28 g; Błonnik pok.: 39.54 g; Sól: 6.47 g; Sód: 2576.41 mg.	Wartość energetyczna: 1753.05 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 62.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 241.71 g; W tym cukry: 43.96 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sól: 5.74 g; Sód: 2283.40 mg.

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyd. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
2026-10-19 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ) Dymia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Maszyna extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ) Dymia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Maszyna extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ) Dymia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, 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 (GLU PSZ, SEL) 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 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 (GLU PSZ, 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 mlekiem 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. 10 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, 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)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ) Dymia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ) Dymia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)
	II SN			Biskopki 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)	Jabłko 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Płatki pszenne 10g (GLU PSZ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzodkiew biała 50 g	Płatki pszenne 10g (GLU PSZ) Jabłko pieczone 150 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzodkiew biała 50 g		
	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 dyniowo-jabłkowy z cynamonem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE) Pietruszka natka 3 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski leniwe z serem 300g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ) Mus dyniowo-jabłkowy z cynamonem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE) Pietruszka natka 3 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski leniwe z serem 300g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ) Mus dyniowo-jabłkowy z cynamonem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE) Pietruszka natka 3 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpety z soczewicy 150 g (JAJ) Sos majeranekowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Surówka z marchwi i jabbka b/c 100 g (MLE) Szpinak gotowany z olejem* 100g (GLU PSZ) Pietruszka natka 3 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos majeranekowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Surówka z marchwi i jabbka b/c 100 g (MLE) Szpinak gotowany z olejem* 100g (GLU PSZ) Pietruszka natka 3 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (MLE) Mus dyniowo-jabłkowy z cynamonem b/c 200 g Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 100g (GLU PSZ, JAJ) Sos majeranekowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i jabbka z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 100g (GLU PSZ, JAJ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100g (GLU PSZ) Surówka z marchwi i jabbka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, 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) Sałatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Sałatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Sałatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Sałatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50g (GLU PSZ, SEL) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Sałatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Sałatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, 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) Sałatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 10 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Sałatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Sałatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
PN	Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	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 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 50 g		Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2592.87 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 81.45 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 391.67 g; W tym cukry: 113.68 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 8.62 g; Sód: 3442.09 mg;	Wartość energetyczna: 2642.90 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 81.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 392.83 g; W tym cukry: 112.32 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 8.47 g; Sód: 3385.73 mg;	Wartość energetyczna: 2583.50 kcal; Białko ogółem: 97.00 g; Tłuszcz: 73.30 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 393.88 g; W tym cukry: 111.39 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 8.31 g; Sód: 3318.33 mg;	Wartość energetyczna: 2677.70 kcal; Białko ogółem: 99.61 g; Tłuszcz: 75.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 416.13 g; W tym cukry: 120.27 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 8.36 g; Sód: 3344.73 mg;	Wartość energetyczna: 2409.11 kcal; Białko ogółem: 99.68 g; Tłuszcz: 82.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 355.79 g; W tym cukry: 71.29 g; Błonnik pok.: 50.23 g; Sól: 9.80 g; Sód: 3909.22 mg;	Wartość energetyczna: 2342.02 kcal; Białko ogółem: 99.81 g; Tłuszcz: 79.73 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 352.16 g; W tym cukry: 37.33 g; Błonnik pok.: 50.83 g; Sól: 9.83 g; Sód: 3914.00 mg;	Wartość energetyczna: 2504.55 kcal; Białko ogółem: 100.44 g; Tłuszcz: 70.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.82 g; Węglowodany ogółem: 387.55 g; W tym cukry: 80.33 g; Błonnik pok.: 52.94 g; Sól: 10.40 g; Sód: 4149.35 mg;	Wartość energetyczna: 2023.38 kcal; Białko ogółem: 95.76 g; Tłuszcz: 56.84 g; Kw. tł. nasy.: 14.98 g; Węglowodany ogółem: 302.70 g; W tym cukry: 73.16 g; Błonnik pok.: 52.94 g; Sól: 10.55 g; Sód: 4210.36 mg;	Wartość energetyczna: 2270.49 kcal; Białko ogółem: 95.08 g; Tłuszcz: 75.49 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 334.40 g; W tym cukry: 71.98 g; Błonnik pok.: 41.91 g; Sól: 7.19 g; Sód: 2867.40 mg;	Wartość energetyczna: 1937.70 kcal; Białko ogółem: 81.17 g; Tłuszcz: 70.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 270.85 g; W tym cukry: 58.69 g; Błonnik pok.: 36.71 g; Sól: 6.14 g; Sód: 2458.35 mg;

	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 Ubogonegetyczna
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plastry 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plastry 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plastry 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plastry 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) 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 Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plastry 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plastry 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plastry 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%tłt. 10 g Szynkowa debowa 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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.)	Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 200 ml (MLE) Płatki owsiane 10g (GLU OW.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, 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	Koktajl z czarnej porzeczki* b/c 200 ml (MLE) Płatki owsiane 10g (GLU OW.)	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Ogórek świeży 50 g		
Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 z koperkiem gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 z koperkiem gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 z koperkiem gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 z koperkiem gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 z koperkiem gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 z koperkiem gotowane 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLU PSZ, 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 Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) 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 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, brokuła i szpinaku 100 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g 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 żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 10 g 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 razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g 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 razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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
PN	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE) Mus truskawkowo-jabłkowy b/c 50 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Papryka świeża 50 g	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 Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobn. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Papryka świeża 50 g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE) Mus truskawkowo-jabłkowy b/c 50 g		
	Wartość energetyczna: 2034.04 kcal; Białko ogółem: 106.50 g; Tłuszcz: 68.57 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 276.00 g; W tym cukry: 54.10 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 7.43 g; Sód: 2955.94 mg;	Wartość energetyczna: 1989.27 kcal; Białko ogółem: 110.05 g; Tłuszcz: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 273.12 g; W tym cukry: 51.26 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 7.46 g; Sód: 2970.07 mg;	Wartość energetyczna: 1980.87 kcal; Białko ogółem: 109.84 g; Tłuszcz: 57.77 g; Kw. tł. nasy.: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 273.07 g; W tym cukry: 51.08 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 7.56 g; Sód: 3003.67 mg;	Wartość energetyczna: 2230.77 kcal; Białko ogółem: 120.33 g; Tłuszcz: 67.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 306.26 g; W tym cukry: 53.00 g; Błonnik pok.: 29.78 g; Sól: 8.98 g; Sód: 3581.16 mg;	Wartość energetyczna: 2025.30 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 274.16 g; W tym cukry: 46.68 g; Błonnik pok.: 39.16 g; Sól: 7.69 g; Sód: 3054.55 mg;	Wartość energetyczna: 2080.90 kcal; Białko ogółem: 102.66 g; Tłuszcz: 69.81 g; Kw. tł. nasy.: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 290.83 g; W tym cukry: 43.99 g; Błonnik pok.: 44.86 g; Sól: 9.12 g; Sód: 3622.67 mg;	Wartość energetyczna: 2081.86 kcal; Białko ogółem: 105.24 g; Tłuszcz: 64.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.30 g; Węglowodany ogółem: 289.83 g; W tym cukry: 43.99 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 8.57 g; Sód: 3409.66 mg;	Wartość energetyczna: 1878.98 kcal; Białko ogółem: 105.49 g; Tłuszcz: 56.26 g; Kw. tł. nasy.: 8.05 g; Węglowodany ogółem: 258.86 g; W tym cukry: 41.46 g; Błonnik pok.: 47.66 g; Sól: 9.07 g; Sód: 3608.45 mg;	Wartość energetyczna: 1928.55 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; Tłuszcz: 65.83 g; Kw. tł. nasy.: 13.94 g; Węglowodany ogółem: 260.78 g; W tym cukry: 52.83 g; Błonnik pok.: 37.14 g; Sól: 6.86 g; Sód: 2718.98 mg;	Wartość energetyczna: 1608.69 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 60.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 200.94 g; W tym cukry: 35.53 g; Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 5.50 g; Sód: 2180.50 mg;

	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 przysw. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegetyczna
Sniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z zioliami 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z zioliami 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo.o smaku naturalnym z zioliami 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z zioliami 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo.o smaku naturalnym z zioliami 100 g (MLE) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) 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 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 mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z zioliami 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 żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 10 g Serek homo.o smaku naturalnym z zioliami 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo.o smaku naturalnym z zioliami 100 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z zioliami 100 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II SN				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka 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 (GLU PSZ, 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) 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			
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mieso drobiowe gotowane z udźca 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 z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Kalaflorowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECCZ) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Kalaflorowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECCZ) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mieso drobiowe gotowane z udźca 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 z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mieso drobiowe gotowane z udźca 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 z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECCZ) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mieso drobiowe gotowane z udźca 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 z olejem* 100 g Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mieso drobiowe gotowane z udźca 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 z olejem* 100 g Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Mieso drobiowe gotowane z udźca 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 z olejem* 100 g Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g	Kalaflorowa z ziemniakami (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z pomidorami z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, 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 salat 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 (GLU PSZ, 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 Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL) Pomidor 100 g Mix salat 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 (GLU PSZ, 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 salat 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 (GLU PSZ, 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 salat 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 (GLU PSZ, 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 salat 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 (GLU PSZ, 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) Ogórek świeży 100 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%tłt. 10 g Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL) Ogórek świeży 100 g Mix salat 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 (GLU PSZ, 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 salat 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 (GLU PSZ, 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 salat 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kielbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Rzodkiewka 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kielbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Kielbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce 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: 2405.27 kcal; Białko ogółem: 116.53 g; Tłuszcz: 73.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 348.22 g; W tym cukry: 70.29 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sól: 7.12 g; Sód: 2832.27 mg;	Wartość energetyczna: 2341.14 kcal; Białko ogółem: 112.32 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 346.48 g; W tym cukry: 67.22 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 6.59 g; Sód: 2620.13 mg;	Wartość energetyczna: 2302.61 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 342.63 g; W tym cukry: 67.22 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 6.75 g; Sód: 2676.37 mg;	Wartość energetyczna: 2518.35 kcal; Białko ogółem: 123.71 g; Tłuszcz: 67.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 373.37 g; W tym cukry: 66.95 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 8.49 g; Sód: 3379.60 mg;	Wartość energetyczna: 2449.02 kcal; Białko ogółem: 130.11 g; Tłuszcz: 86.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 346.34 g; W tym cukry: 32.57 g; Błonnik pok.: 45.51 g; Sól: 8.48 g; Sód: 3359.78 mg;	Wartość energetyczna: 2526.42 kcal; Białko ogółem: 126.68 g; Tłuszcz: 70.40 g; Kw. tł. nasy.: 14.78 g; Węglowodany ogółem: 368.59 g; W tym cukry: 47.17 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 10.01 g; Sód: 3977.55 mg;	Wartość energetyczna: 2258.80 kcal; Białko ogółem: 127.54 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 14.78 g; Węglowodany ogółem: 310.76 g; W tym cukry: 50.55 g; Błonnik pok.: 52.35 g; Sól: 8.81 g; Sód: 3500.05 mg;	Wartość energetyczna: 2333.88 kcal; Białko ogółem: 114.98 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 336.18 g; W tym cukry: 72.01 g; Błonnik pok.: 39.63 g; Sól: 6.48 g; Sód: 2566.06 mg;	Wartość energetyczna: 1818.60 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 55.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 264.40 g; W tym cukry: 57.27 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 5.30 g; Sód: 2101.05 mg;	

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyd. soku żółdkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. węgl i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonenergetyczna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa 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>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa 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>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa 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>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa 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>)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa 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 żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynkowa 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>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Słupki z marchewki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, 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>) Jabiko 150 g		
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos bolonński z mięsa wieprz top* - dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos bolonński z mięsa wieprz top* - dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos bolonński z mięsa wieprz top* - dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos bolonński z mięsa wieprz top* - dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos bolonński z mięsa wieprz top* - dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos bolonński z mięsa wieprz top* - dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos bolonński z mięsa wieprz top* - dieta 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) 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>GLU PSZ, 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g 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 razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasztet z fasoli* 100 g (<u>JAJ,</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Pasztet z fasoli* 100 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g 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. 10 g 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g 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>)	
PN	Ciasto biszkoptowe z jabłkiem 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 Szynka 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 50 g	Ciasto biszkoptowe z jabłkiem 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	
	Wartość energetyczna: 2548.97 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 81.36 g; Kw. tł. nasy.: 33.37 g; Węglowodany ogółem: 379.90 g; W tym cukry: 67.90 g; Błonnik pok.: 44.07 g; Sól: 6.76 g; Sód: 2698.34 mg;	Wartość energetyczna: 2410.99 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 348.97 g; W tym cukry: 61.26 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 6.65 g; Sód: 2655.89 mg;	Wartość energetyczna: 2408.02 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 70.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 345.40 g; W tym cukry: 58.88 g; Błonnik pok.: 25.27 g; Sól: 6.65 g; Sód: 2656.83 mg;	Wartość energetyczna: 2687.26 kcal; Białko ogółem: 125.87 g; Tłuszcz: 79.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.47 g; W tym cukry: 70.09 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 7.80 g; Sód: 3123.60 mg;	Wartość energetyczna: 2587.33 kcal; Białko ogółem: 118.43 g; Tłuszcz: 89.12 g; Kw. tł. nasy.: 36.51 g; Węglowodany ogółem: 374.44 g; W tym cukry: 54.91 g; Błonnik pok.: 54.24 g; Sól: 8.86 g; Sód: 3528.90 mg;	Wartość energetyczna: 2382.27 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 79.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 357.16 g; W tym cukry: 44.81 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 9.05 g; Sód: 3615.92 mg;	Wartość energetyczna: 2584.87 kcal; Białko ogółem: 123.21 g; Tłuszcz: 81.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 357.16 g; W tym cukry: 44.81 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 9.05 g; Sód: 3615.92 mg;	Wartość energetyczna: 2291.76 kcal; Białko ogółem: 126.40 g; Tłuszcz: 60.52 g; Kw. tł. nasy.: 17.80 g; Węglowodany ogółem: 335.72 g; W tym cukry: 73.74 g; Błonnik pok.: 56.61 g; Sól: 8.94 g; Sód: 3561.56 mg;	Wartość energetyczna: 2446.28 kcal; Białko ogółem: 120.19 g; Tłuszcz: 75.19 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 46.15 g; Sól: 6.40 g; Sód: 2541.52 mg;	Wartość energetyczna: 1803.50 kcal; Białko ogółem: 104.21 g; Tłuszcz: 55.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 248.60 g; W tym cukry: 49.96 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 5.88 g; Sód: 2336.19 mg;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyd. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. węgl. i z ogr. tłuszczy	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegetyczna
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Banan 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100g (JAJ, MLE) Banan 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z białek z koperkiem 100g (JAJ, MLE) Banan 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Słupki z marchewki 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) 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 jaj z koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Słupki z marchewki 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) 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 Szykowna z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Słupki z marchewki 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. 10 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100g (JAJ, MLE) Słupki z marchewki 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. 10 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100g (JAJ, MLE) Słupki z marchewki 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z białek z koperkiem 100g (JAJ, MLE) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100g (JAJ, MLE) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II SN				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab Benedyktyński wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Benedyktyński wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Benedyktyński wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Benedyktyński wędzony, 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. 5 g Schab Benedyktyński wędzony, 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 z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 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. 10 g Twarożek 100 g (MLE) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE) 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 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) 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)
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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką z białek marchewki wędzona 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką z białek marchewki wędzona 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Łopatką z białek marchewki 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: 2328.76 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 83.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 315.37 g; W tym cukry: 74.88 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 8.81 g; Sód: 3508.67 mg;	Wartość energetyczna: 2319.69 kcal; Białko ogółem: 111.94 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; Węglowodany ogółem: 315.37 g; W tym cukry: 76.14 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 7.97 g; Sód: 3199.71 mg;	Wartość energetyczna: 2434.57 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 80.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 325.71 g; W tym cukry: 86.46 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 6.50 g; Sód: 2600.06 mg;	Wartość energetyczna: 2652.89 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 88.19 g; Kw. tł. nasy.: 35.63 g; Węglowodany ogółem: 355.88 g; W tym cukry: 86.83 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 8.12 g; Sód: 3255.74 mg;	Wartość energetyczna: 2383.47 kcal; Białko ogółem: 121.75 g; Tłuszcz: 92.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 311.39 g; W tym cukry: 45.23 g; Błonnik pok.: 45.57 g; Sól: 9.34 g; Sód: 3709.07 mg;	Wartość energetyczna: 2144.70 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 69.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; Węglowodany ogółem: 311.39 g; W tym cukry: 30.56 g; Błonnik pok.: 47.79 g; Sól: 9.31 g; Sód: 3716.76 mg;	Wartość energetyczna: 2567.24 kcal; Białko ogółem: 130.32 g; Tłuszcz: 90.60 g; Kw. tł. nasy.: 15.60 g; Węglowodany ogółem: 328.82 g; W tym cukry: 52.76 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 9.58 g; Sód: 3825.81 mg;	Wartość energetyczna: 2122.88 kcal; Białko ogółem: 122.43 g; Tłuszcz: 61.20 g; Kw. tł. nasy.: 15.60 g; Węglowodany ogółem: 290.30 g; W tym cukry: 52.04 g; Błonnik pok.: 51.07 g; Sól: 9.44 g; Sód: 3774.09 mg;	Wartość energetyczna: 2305.15 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 86.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 287.80 g; W tym cukry: 73.07 g; Błonnik pok.: 33.71 g; Sól: 7.63 g; Sód: 3050.95 mg;	Wartość energetyczna: 1906.35 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 72.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 248.76 g; W tym cukry: 63.33 g; Błonnik pok.: 32.14 g; Sól: 7.14 g; Sód: 2866.23 mg;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyd. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. węgl. i z ogr. tłuszczy	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonenergetyczna
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECC.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECC.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECC.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECC.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) 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 zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECC.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana * (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 zapiekana wierzpowa, wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECC.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 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 wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECC.) Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECC.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECC.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II SN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka szkółna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10g (GLU OW.) Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10g (GLU OW.) Jabłko 150 g		
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 180 g Buraczki gotowane b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 180 g Ryż na sypko z kurkumą 180 g Buraczki gotowane b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Potrawka drobiowa 180 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
PN	Jogurt naturalny z owocami* b/c 200 g (MLE.)		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 5 g	Jogurt naturalny z owocami* b/c 200 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 5 g	Jogurt naturalny z owocami* b/c 200 g (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2189.27 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 311.80 g; W tym cukry: 63.82 g; Błonnik pok.: 41.36 g; Sól: 9.04 g; Sód: 3596.32 mg;	Wartość energetyczna: 2154.60 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz: 62.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 322.04 g; W tym cukry: 61.58 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 8.03 g; Sód: 3204.60 mg;	Wartość energetyczna: 1997.67 kcal; Białko ogółem: 90.29 g; Tłuszcz: 53.53 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 305.97 g; W tym cukry: 47.73 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2977.63 mg;	Wartość energetyczna: 2272.67 kcal; Białko ogółem: 97.22 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 349.09 g; W tym cukry: 57.99 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 9.11 g; Sód: 3644.37 mg;	Wartość energetyczna: 2013.74 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz: 74.94 g; Kw. tł. nasy.: 18.14 g; Węglowodany ogółem: 288.19 g; W tym cukry: 31.78 g; Błonnik pok.: 45.99 g; Sól: 9.76 g; Sód: 3880.46 mg;	Wartość energetyczna: 2163.50 kcal; Białko ogółem: 86.37 g; Tłuszcz: 73.87 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 326.00 g; W tym cukry: 31.78 g; Błonnik pok.: 47.33 g; Sól: 10.27 g; Sód: 4088.80 mg;	Wartość energetyczna: 2133.98 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 54.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; Węglowodany ogółem: 336.62 g; W tym cukry: 52.40 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 9.15 g; Sód: 3648.42 mg;	Wartość energetyczna: 1863.96 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 55.02 g; Kw. tł. nasy.: 11.34 g; Węglowodany ogółem: 280.44 g; W tym cukry: 60.45 g; Błonnik pok.: 53.29 g; Sól: 9.71 g; Sód: 3866.74 mg;	Wartość energetyczna: 1943.03 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 58.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 290.00 g; W tym cukry: 37.09 g; Błonnik pok.: 42.48 g; Sól: 8.96 g; Sód: 3559.30 mg;	Wartość energetyczna: 1558.67 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 48.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 229.14 g; W tym cukry: 35.82 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 6.36 g; Sód: 2529.52 mg;

	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 Ubogonegetyczna
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa debowa 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa debowa 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa debowa 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Cukinia pieczona z olejem * 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kalarepa 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kalarepa 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Cukinia pieczona z olejem * 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. 10 g Filet z kurczaka gotowany 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 razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚN				Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g	Chlebrazowy 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 (GLU PSZ, 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. 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g		
2026-10-25 niedziela	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 Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 (SEL.) Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Brokol gotowany* 100 g Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szarpana wieprzowina 100 g (GLU PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szarpana wieprzowina 100 g (GLU PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szarpana wieprzowina 100 g (GLU PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szarpana wieprzowina 100 g (GLU PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Szarpana wieprzowina 100 g (GLU PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Woda z cytryną 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Szarpana wieprzowina 100 g (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompotowocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Gruszka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 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 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Kalarepa 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Gruszka 150 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. 10 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 100 g (GLU PSZ, 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-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				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 Pomidor 50 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 50 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2225.10 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 71.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 325.02 g; W tym cukry: 49.65 g; Błonnik pok.: 34.36 g; Sól: 6.32 g; Sód: 2520.06 mg;	Wartość energetyczna: 2317.24 kcal; Białko ogółem: 101.06 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 337.17 g; W tym cukry: 62.84 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 6.31 g; Sód: 2522.88 mg;	Wartość energetyczna: 2308.84 kcal; Białko ogółem: 100.85 g; Tłuszcz: 70.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 337.12 g; W tym cukry: 62.66 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 6.41 g; Sód: 2556.48 mg;	Wartość energetyczna: 2487.34 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 347.11 g; W tym cukry: 49.21 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 7.21 g; Sód: 2889.13 mg;	Wartość energetyczna: 2160.32 kcal; Białko ogółem: 117.56 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 347.11 g; W tym cukry: 49.21 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 7.21 g; Sód: 2889.13 mg;	Wartość energetyczna: 2114.25 kcal; Białko ogółem: 110.09 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 301.34 g; W tym cukry: 35.71 g; Błonnik pok.: 41.01 g; Sól: 8.85 g; Sód: 3521.13 mg;	Wartość energetyczna: 2352.63 kcal; Białko ogółem: 118.95 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 331.96 g; W tym cukry: 45.40 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 9.44 g; Sód: 3766.33 mg;	Wartość energetyczna: 1902.56 kcal; Białko ogółem: 118.51 g; Tłuszcz: 60.46 g; Kw. tł. nasy.: 15.42 g; Węglowodany ogółem: 275.37 g; W tym cukry: 39.31 g; Błonnik pok.: 46.48 g; Sól: 8.22 g; Sód: 3275.67 mg;	Wartość energetyczna: 1897.30 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 218.29 g; W tym cukry: 25.98 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 6.13 g; Sód: 2436.76 mg;	Wartość energetyczna: 1588.93 kcal; Białko ogółem: 84.87 g; Tłuszcz: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 218.29 g; W tym cukry: 25.98 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 5.20 g; Sód: 2070.36 mg;

	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
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Łopatką zbojnicka wędzona 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL ,) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Łopatką zbojnicka wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL ,) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL ,) 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 ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL ,) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Filet z kurczaka gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL ,) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Ser żółty 50 g (MLE ,) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL ,) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
II ŚN	Jogurt naturalny z owsianką i owocami 150 g (MLE, GLU OW ,)							
Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL ,) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (GLU PSZ, SOJ, SEL ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL ,) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (GLU PSZ, SOJ, SEL ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Brokułowa z ryżem (bez soli) * 400 ml (MLE, SEL ,) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (GLU PSZ, SOJ, SEL ,) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krem z brokuła- dieta 400 ml (MLE, SEL ,) Mieso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ ,) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE ,) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szipinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL ,) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (GLU PSZ, SOJ, SEL ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Surowka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL ,) Pulpet miesno-warzywny* (drobiowy)/b/gł 100 g (JAJ, SEL ,) Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Szipinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL ,) Gulasz warzywny z tofu dieta* 180 g (GLU PSZ, SOJ, SEL ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surowka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL ,) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Szipinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (RYB, SEL ,) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) * 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL ,) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami * (bez soli) 100 g (RYB, SEL ,) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (RYB, SEL ,) Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (RYB, SEL ,) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (RYB, SEL ,) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (RYB, SEL ,) Ogórek świeży 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 100 g (RYB, SEL ,) Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt							
	Wartość energetyczna: 2303.03 kcal; Białko ogółem: 89.87 g; Tłuszcz: 76.30 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 337.28 g; W tym cukry: 86.63 g; Błonnik pok.: 35.66 g; Sól: 8.60 g; Sód: 3429.06 mg;	Wartość energetyczna: 1842.22 kcal; Białko ogółem: 59.67 g; Tłuszcz: 54.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 302.17 g; W tym cukry: 47.13 g; Błonnik pok.: 34.20 g; Sól: 7.46 g; Sód: 2972.54 mg;	Wartość energetyczna: 2185.37 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 70.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 312.25 g; W tym cukry: 73.75 g; Błonnik pok.: 31.37 g; Sól: 5.23 g; Sód: 2088.55 mg;	Wartość energetyczna: 2267.21 kcal; Białko ogółem: 106.30 g; Tłuszcz: 79.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; W tym cukry: 48.53 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 6.82 g; Sód: 2719.37 mg;	Wartość energetyczna: 1898.68 kcal; Białko ogółem: 72.54 g; Tłuszcz: 60.65 g; Kw. tł. nasy.: 11.69 g; Węglowodany ogółem: 289.62 g; W tym cukry: 48.53 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2690.27 mg;	Wartość energetyczna: 2004.90 kcal; Białko ogółem: 81.31 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 271.90 g; W tym cukry: 57.14 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 3.53 g; Sód: 1392.96 mg;	Wartość energetyczna: 2235.37 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 84.05 g; Kw. tł. nasy.: 37.20 g; Węglowodany ogółem: 316.51 g; W tym cukry: 74.44 g; Błonnik pok.: 36.33 g; Sól: 8.12 g; Sód: 3229.51 mg;	Wartość energetyczna: 1899.43 kcal; Białko ogółem: 100.50 g; Tłuszcz: 50.61 g; Kw. tł. nasy.: 10.94 g; Węglowodany ogółem: 279.49 g; W tym cukry: 45.73 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 5.63 g; Sód: 2235.97 mg;

		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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
2026-10-13 Worek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, 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	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, 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 , 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 (GLU PSZ, 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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 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	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g 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 bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ , 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ , Sliwka 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL , Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, 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 , Dynia duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ , Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Solferino (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL , Sos szpinakowy* 300 g (JAJ , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ , Dzyna duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ , Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 , Makaron (bez soli) 200 g (GLU PSZ , Dzyna duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Mieso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ , Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE , Dzyna duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Solferino (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ , Makaron 200 g (GLU PSZ , Dzyna duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ , Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Solferino (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dzyna duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ , Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ , Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE , Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dzyna duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Dzyna duszona z marchewką ** 100 g (GLU PSZ , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL , Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Mix 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (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 , Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL , Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, 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 Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL , Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Mini sermiczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE ,)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Mini sermiczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE ,)		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt		Mini sermiczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE ,)	
		Wartość energetyczna: 2555.93 kcal; Białko ogółem: 135.41 g; Tłuszcz: 75.29 g; Kw. tł. nasy.: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 347.81 g; W tym cukry: 55.48 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 7.26 g; Sód: 2896.48 mg;	Wartość energetyczna: 2060.06 kcal; Białko ogółem: 123.06 g; Tłuszcz: 58.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 349.44 g; W tym cukry: 57.65 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 6.27 g; Sód: 2505.50 mg;	Wartość energetyczna: 2310.83 kcal; Białko ogółem: 123.63 g; Tłuszcz: 66.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 316.70 g; W tym cukry: 54.65 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1793.99 mg;	Wartość energetyczna: 2294.51 kcal; Białko ogółem: 108.70 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 293.29 g; W tym cukry: 57.40 g; Błonnik pok.: 25.30 g; Sól: 6.08 g; Sód: 2427.54 mg;	Wartość energetyczna: 2091.70 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; Tłuszcz: 55.69 g; Kw. tł. nasy.: 13.36 g; Węglowodany ogółem: 317.60 g; W tym cukry: 56.05 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 6.52 g; Sód: 2590.34 mg;	Wartość energetyczna: 2093.67 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz: 72.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 269.27 g; W tym cukry: 55.17 g; Błonnik pok.: 30.08 g; Sól: 3.85 g; Sód: 1523.85 mg;	Wartość energetyczna: 2496.53 kcal; Białko ogółem: 88.05 g; Tłuszcz: 106.52 g; Kw. tł. nasy.: 55.45 g; Węglowodany ogółem: 315.16 g; W tym cukry: 53.72 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 5.70 g; Sód: 2480.38 mg;	Wartość energetyczna: 2058.05 kcal; Białko ogółem: 115.75 g; Tłuszcz: 55.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.92 g; Węglowodany ogółem: 285.94 g; W tym cukry: 45.09 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 6.29 g; Sód: 2500.32 mg;

		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
2026-10-14. środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, 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 Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wierzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z szynki wierzowej 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (SEL.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORŻ.) 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 owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z groszku zielonego/b/mi 100 g Rzodkiew biała rozdrobniona 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) 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 (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g							
	Obiad	Grycikowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Grycikowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kopytka ziemniaczane * 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Grycikowa z ziemniakami* b/soli 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka b/soli 100 g Sos jarzynowy* (bez soli) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 180 g Buraczki gotowane (bez soli) 100 g Szpinak gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Grycikowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Buraczki gotowane 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Grycikowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* (bez glutenu) 100 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Grycikowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Płatki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Buraczki gotowane 100 g Mizerna 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Grycikowa z ziemniakami*. 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORŻ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Gruszka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt							
		Wartość energetyczna: 2191.67 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 60.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 327.33 g; W tym cukry: 54.03 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 9.63 g; Sód: 3848.27 mg;	Wartość energetyczna: 2078.10 kcal; Białko ogółem: 59.02 g; Tłuszcz: 51.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 359.23 g; W tym cukry: 40.37 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sól: 7.46 g; Sód: 2976.57 mg;	Wartość energetyczna: 2019.11 kcal; Białko ogółem: 102.75 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 298.53 g; W tym cukry: 52.82 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 6.05 g; Sód: 2419.85 mg;	Wartość energetyczna: 2056.21 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 60.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 296.76 g; W tym cukry: 52.57 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sól: 8.47 g; Sód: 3385.15 mg;	Wartość energetyczna: 1792.44 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; Tłuszcz: 43.24 g; Kw. tł. nasy.: 10.80 g; Węglowodany ogółem: 286.61 g; W tym cukry: 42.12 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 9.74 g; Sód: 3886.28 mg;	Wartość energetyczna: 1790.85 kcal; Białko ogółem: 76.75 g; Tłuszcz: 47.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 263.27 g; W tym cukry: 41.24 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1878.84 mg;	Wartość energetyczna: 2208.49 kcal; Białko ogółem: 68.28 g; Tłuszcz: 84.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 326.29 g; W tym cukry: 63.75 g; Błonnik pok.: 38.32 g; Sól: 7.21 g; Sód: 2882.25 mg;	Wartość energetyczna: 1882.42 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 45.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.79 g; Węglowodany ogółem: 289.99 g; W tym cukry: 41.05 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 8.02 g; Sód: 3194.03 mg;

		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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
2026-10-15czwartek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</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>) Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>)	Ziemi niaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<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>) Drynia z wody 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>)	Ziemi niaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemi niaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Drynia z wody 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)							
	Obiad	Ziemi niaczana * 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Ryż na sytko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemi niaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Leczo z drobiem-dieta* 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemi niaczana *(bez soli) 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Leczo z drobiem-dieta* bez soli 150 g Ryż na sytko (bez soli) 180 g Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemi niaczana * 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mieszko wędziona mielona w sosie wł 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Ziemi niaki gotowane puree 180 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemi niaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Leczo z drobiem-dieta 180 g Ryż na sytko 180 g Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona z olejem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemi niaczana *(bez mleka, glutenu) 400 ml (<u>SEL.</u>) Leczo z drobiem-dieta 180 g Ryż na sytko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemi niaczana * 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Leczo wegetariańskie z soczewicą* 300 g Ryż na sytko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemi niaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Ryż na sytko 180 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU, PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z szynki drobiowej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z szynki drobiowej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</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>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędziona, parzona 50 g Sałata jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 15 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałata jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałata jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE.</u>)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2361.29 kcal; Białko ogółem: 93.04 g; Tłuszcz: 72.41 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 346.02 g; W tym cukry: 72.14 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sól: 8.69 g; Sód: 3468.34 mg;	Wartość energetyczna: 1949.47 kcal; Białko ogółem: 63.91 g; Tłuszcz: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 310.15 g; W tym cukry: 38.38 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 7.33 g; Sód: 2927.13 mg;	Wartość energetyczna: 2482.15 kcal; Białko ogółem: 103.03 g; Tłuszcz: 71.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 375.96 g; W tym cukry: 66.44 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 5.12 g; Sód: 2047.83 mg;	Wartość energetyczna: 2182.17 kcal; Białko ogółem: 96.45 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 299.46 g; W tym cukry: 60.83 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 8.14 g; Sód: 3250.80 mg;	Wartość energetyczna: 2035.36 kcal; Białko ogółem: 69.77 g; Tłuszcz: 65.48 g; Kw. tł. nasy.: 10.86 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; W tym cukry: 37.65 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 7.90 g; Sód: 3150.44 mg;	Wartość energetyczna: 2127.42 kcal; Białko ogółem: 78.54 g; Tłuszcz: 71.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 304.96 g; W tym cukry: 54.79 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 2.44 g; Sód: 362.78 mg;	Wartość energetyczna: 2673.17 kcal; Białko ogółem: 81.95 g; Tłuszcz: 109.61 g; Kw. tł. nasy.: 37.77 g; Węglowodany ogółem: 360.76 g; W tym cukry: 68.21 g; Błonnik pok.: 31.15 g; Sól: 8.48 g; Sód: 3386.54 mg;	Wartość energetyczna: 2153.13 kcal; Białko ogółem: 107.33 g; Tłuszcz: 60.24 g; Kw. tł. nasy.: 13.47 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; W tym cukry: 41.50 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 5.35 g; Sód: 2120.47 mg;

		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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Mix sałat 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 jaj 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Mix sałat 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: ORŻ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g 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 62% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ,</u>)							
	Obiad	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 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 z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Pierogi z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* bez soli 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) (bez soli) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (bez soli) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane puree 180 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) mielona Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane puree 180 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z makaronem (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (bez glutenu, mleka) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* b/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z makaronem (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy (bez glutenu, mleka) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szcypior gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 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 z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOZ,</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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem (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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORŻ,</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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu 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		Deser jaglano-jabłkowy 200 g				Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt		Deser jaglano-jabłkowy 200 g	Biszkopty 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>)
		Wartość energetyczna: 2497.23 kcal; Białko ogółem: 114.51 g; Tłuszcz: 71.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.50 g; Węglowodany ogółem: 389.69 g; W tym cukry: 61.17 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sól: 7.77 g; Sód: 3094.66 mg;	Wartość energetyczna: 2173.26 kcal; Białko ogółem: 68.64 g; Tłuszcz: 43.03 g; Kw. tł. nasy.: 12.83 g; Węglowodany ogółem: 394.16 g; W tym cukry: 60.20 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 6.65 g; Sód: 2661.48 mg;	Wartość energetyczna: 2266.78 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 63.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 341.48 g; W tym cukry: 63.07 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1798.15 mg;	Wartość energetyczna: 2375.42 kcal; Białko ogółem: 110.70 g; Tłuszcz: 70.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 341.48 g; W tym cukry: 63.07 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 5.79 g; Sód: 2310.86 mg;	Wartość energetyczna: 1935.33 kcal; Białko ogółem: 87.25 g; Tłuszcz: 54.96 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; Węglowodany ogółem: 290.96 g; W tym cukry: 64.74 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 6.37 g; Sód: 2520.09 mg;	Wartość energetyczna: 2059.83 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz: 72.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 243.47 g; W tym cukry: 65.77 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sól: 3.22 g; Sód: 1269.38 mg;	Wartość energetyczna: 2275.91 kcal; Białko ogółem: 104.36 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 343.47 g; W tym cukry: 65.77 g; Błonnik pok.: 33.81 g; Sól: 5.70 g; Sód: 2272.78 mg;	Wartość energetyczna: 1953.24 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 51.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.83 g; Węglowodany ogółem: 343.47 g; W tym cukry: 65.77 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 5.73 g; Sód: 2273.39 mg;

	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
2026-10-17 sobota	Śniadanie Ryż na mleku 300 ml (MLE , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Kiełbaski śląskie z kurczakiem 100 g (może zawierać: GOR , Banan 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE ,)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (SOJ, SEL , Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Filet z kurczaka gotowany (bez solii) 50 g Banan 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE , Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z wędliny drobiowej 50 g (może zawierać: GLU PSZ , JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR , Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g 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 (MLE , Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , 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 (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Ser topiony 50 g (MLE , Banan 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE ,)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL , Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , 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 SN Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 5 g (MLE , Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,)							
	Obiad Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL , Gulasz wiewprzowy. 180 g (GLU PSZ , Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL , Gulasz wiewprzowy (bez soli), 180 g (GLU PSZ , Kasza jęczmienna/sypko (bez solii) 180 g (GLU JECZ , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Selerowa z ziemniakami (bez solii)* 400 ml (MLE, SEL , Gulasz wiewprzowy (bez soli), 180 g (GLU PSZ , Kasza jęczmienna/sypko (bez solii) 180 g (GLU JECZ , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) 100 g Cukinia pieczona z olejem (bez solii)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL , Gulasz wiewprzowy. 180 g (GLU PSZ , Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL , Gulasz wiewprzowy. 180 g (GLU PSZ , Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL , Gulasz wiewprzowy (bez glutenu), 180 g Ziemniaki 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL , Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzyca 150 g Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ , Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Bulka pszenna długa 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 Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wiewprzowego 40 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 , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , (SOJ , Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE , Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 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 , Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp- wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ , Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (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 ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE , Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasztet sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR , Rzodkiewka 100 g Sałata zielona 10 g	Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL , Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 5 g (MLE , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Sałata zielona 5 g			Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 5 g (MLE , Pasta z wędliny drobiowej 30 g (może zawierać: GLU PSZ , JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR , Drynka z wody 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 50 g (SEZ, może zawierać: ORZ , Masło extra 82% 5 g (MLE , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g
	Wartość energetyczna: 2912.23 kcal; Białko ogółem: 126.78 g; Tłuszcz: 102.71 g; Kw. tł. nasy.: 43.63 g; Węglowodany ogółem: 391.19 g; W tym cukry: 80.50 g; Błonnik pok.: 29.20 g; Sól: 10.22 g; Sód: 4093.16 mg.	Wartość energetyczna: 2216.70 kcal; Białko ogółem: 62.18 g; Tłuszcz: 67.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 359.35 g; W tym cukry: 43.23 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 6.67 g; Sód: 2669.98 mg.	Wartość energetyczna: 2518.40 kcal; Białko ogółem: 121.35 g; Tłuszcz: 79.46 g; Kw. tł. nasy.: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 348.76 g; W tym cukry: 69.95 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 4.75 g; Sód: 1906.12 mg.	Wartość energetyczna: 2304.85 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz: 75.62 g; Kw. tł. nasy.: 31.51 g; Węglowodany ogółem: 317.89 g; W tym cukry: 61.63 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 8.11 g; Sód: 3246.94 mg.	Wartość energetyczna: 2270.70 kcal; Białko ogółem: 98.46 g; Tłuszcz: 68.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.98 g; Węglowodany ogółem: 338.17 g; W tym cukry: 55.28 g; Błonnik pok.: 30.84 g; Sól: 7.48 g; Sód: 2985.56 mg.	Wartość energetyczna: 2411.37 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 87.37 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 322.81 g; W tym cukry: 71.65 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 2.59 g; Sód: 1030.70 mg.	Wartość energetyczna: 2849.81 kcal; Białko ogółem: 92.35 g; Tłuszcz: 106.77 g; Kw. tł. nasy.: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 414.83 g; W tym cukry: 88.21 g; Błonnik pok.: 53.45 g; Sól: 8.75 g; Sód: 3494.59 mg.	Wartość energetyczna: 1993.67 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 47.90 g; Kw. tł. nasy.: 12.07 g; Węglowodany ogółem: 295.17 g; W tym cukry: 42.14 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 5.37 g; Sód: 2138.16 mg.

	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
2026-10-18 niedziela	Śniadanie Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka zapiekana wędziona, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEZ,) Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka zapiekana wędziona, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEZ,) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Mix 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 Pasta warzywna* 100 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, 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 Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 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 drobowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo. z dodat.wody w osi.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 (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Paszтет z ciecierzycy. 100 g (JAJ,) Papryka świeża 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, 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 SN Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g							
	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 z koperkiem gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kluski 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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* (bez soli) 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Brokuł gotowany (bez soli)* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Mieso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 z koperkiem gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL,) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kotlety sojowe panierowane 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surowka z kapusty białej z koperkiem i olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) 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 (GLU PSZ, 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 (GLU PSZ, 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 (GLU PSZ, 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 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 (GLU PSZ, 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	Chaika 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Mus z jabłek () b/c 50 g			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		Chaika 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Mus z jabłek () b/c 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab gotowany 30 g Salata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2334.05 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 69.26 g; Kw. tł. nasy.: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 327.17 g; W tym cukry: 49.13 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 8.05 g; Sód: 3207.71 mg.	Wartość energetyczna: 2107.33 kcal; Białko ogółem: 60.30 g; Tłuszcz: 59.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 352.52 g; W tym cukry: 39.03 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 6.03 g; Sód: 2401.45 mg.	Wartość energetyczna: 2044.20 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 296.32 g; W tym cukry: 48.82 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 7.84 g; Sód: 1709.96 mg.	Wartość energetyczna: 2322.51 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 78.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 316.27 g; W tym cukry: 56.67 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 7.84 g; Sód: 3133.64 mg.	Wartość energetyczna: 1756.78 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 47.04 g; Kw. tł. nasy.: 12.08 g; Węglowodany ogółem: 263.10 g; W tym cukry: 22.83 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 7.84 g; Sód: 3122.58 mg.	Wartość energetyczna: 1847.56 kcal; Białko ogółem: 80.16 g; Tłuszcz: 61.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 257.88 g; W tym cukry: 36.84 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 4.44 g; Sód: 1760.81 mg.	Wartość energetyczna: 2542.07 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 89.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 289.80 g; W tym cukry: 56.84 g; Błonnik pok.: 40.90 g; Sól: 5.86 g; Sód: 2338.03 mg.	Wartość energetyczna: 2138.39 kcal; Białko ogółem: 112.15 g; Tłuszcz: 67.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 289.80 g; W tym cukry: 32.32 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 5.98 g; Sód: 2390.86 mg.

	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
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ .) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ .) Dymia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ .) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ .)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ .) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ .) Dymia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ .) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE .) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ .) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Schab gotowany (bez soli) 50 g Dymia pieczona z natką pietruszki (bez soli) 100 g (GLU PSZ .) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ .)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE .) Bułka pszenna długa krojona 110g (GLU PSZ .) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Pastę z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ .) Dymia pieczona z natką pietruszki 100 g (GLU PSZ .) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ .)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL .) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ .) Dymia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ .) 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 .) Schab gotowany 50 g Dymia z wody 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE .) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ .) Dymia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ .) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ .)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL .) Bułka pszenna długa krojona 110g (GLU PSZ .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Dymia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ .) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, 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 .) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ .) Mus dyniowo-jabłkowy z cynamonem b/c 200 g b/c 300 ml Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE .) Pietruszka natka 3 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL .) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ .) Mus dyniowo-jabłkowy z cynamonem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE .) Pietruszka natka 3 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, bez soli) * 400 ml (GLU PSZ, SEL .) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ .) Mus dyniowo-jabłkowy z cynamonem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE .) Pietruszka natka 3 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL .) Mieśo wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ, JAJ .) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE .) Szpink gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL .) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL .) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ .) Ryż na sypko 180 g Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL .) Ryż na sypko 180 g Szpink gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ .) Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL .) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ .) Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (SEL .) Ryż na sypko 180 g Szpink gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 dyniowo-jabłkowy z cynamonem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE .) Pietruszka natka 3 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL .) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ryż na sypko 180 g Szpink gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL .) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL .)
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ .) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ .) Salatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ .) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Jajko gotowane 50 g (MLE .) Serek homo. naturalny 50 g (MLE .) Salatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ .) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ .) Salatka wiosenna - diety (bez soli) 100 g Mix salat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 110g (GLU PSZ .) Masło extra 82% 15 g (MLE .) mielone Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ .) Pasta warzywna zbrokulem* 100 g (SEL .)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ .) Salatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 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 .) Salatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, 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 .) Salatka wiosenna - diety 100 g Mix salat 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 .) Pasta warzywna zbrokulem* 100 g (SEL .) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Sok tłoczony jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt		Sok jabłkowo-gruszkowy 0,195L-100% tłoczony 1 szt			Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Wartość energetyczna: 2838.88 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 86.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.26 g; Węglowodany ogółem: 423.10 g; W tym cukry: 112.60 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 10.02 g; Sód: 4005.65 mg;	Wartość energetyczna: 2309.96 kcal; Białko ogółem: 74.93 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 372.83 g; W tym cukry: 92.60 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 7.84 g; Sód: 3133.60 mg;	Wartość energetyczna: 2640.92 kcal; Białko ogółem: 101.85 g; Tłuszcz: 80.31 g; Kw. tł. nasy.: 35.83 g; Węglowodany ogółem: 387.89 g; W tym cukry: 110.76 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 5.76 g; Sód: 2300.70 mg;	Wartość energetyczna: 2395.59 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 87.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 331.41 g; W tym cukry: 67.12 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 7.08 g; Sód: 2822.93 mg;	Wartość energetyczna: 2180.80 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz: 71.09 g; Kw. tł. nasy.: 14.75 g; Węglowodany ogółem: 321.74 g; W tym cukry: 48.86 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 7.67 g; Sód: 3062.03 mg;	Wartość energetyczna: 2211.01 kcal; Białko ogółem: 83.78 g; Tłuszcz: 83.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 292.88 g; W tym cukry: 58.02 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 3.06 g; Sód: 1210.99 mg;	Wartość energetyczna: 2714.54 kcal; Białko ogółem: 90.73 g; Tłuszcz: 89.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.29 g; Węglowodany ogółem: 405.54 g; W tym cukry: 113.41 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 6.88 g; Sód: 2744.57 mg;	Wartość energetyczna: 2070.74 kcal; Białko ogółem: 103.63 g; Tłuszcz: 53.34 g; Kw. tł. nasy.: 10.72 g; Węglowodany ogółem: 308.70 g; W tym cukry: 40.42 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 4.82 g; Sód: 1915.73 mg;

	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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
2026-10-20 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 (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plastery 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plastery 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 (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Buraczki gotowane plastery (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 50 g (może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Buraczki gotowane plastery 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plastery 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL.)	Ziemiacczana *(bez glutenu) 300 ml (MLE, SEL.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEL, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Buraczki gotowane plastery 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 (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Buraczki gotowane plastery 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, 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 plastery 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II SN Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)							
2026-10-20 wtorek	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 z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kopka ziemniaczana 300 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU, PSZ.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 (GLU, PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe mielone w sosie tł 100 g (GLU, PSZ.) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU, PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80 ml (GLU, PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie 300 g (GLU, PSZ, MLE.) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem* b/c 300 ml Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) 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 60 g (GLU, PSZ, 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 (GLU, PSZ, 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 (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g 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 bezglutenowy 110 g (SEL, 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 (GLU, PSZ, 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.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU, PSZ, 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 truskawkowo-jabłkowy b/c 50 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Mus truskawkowo-jabłkowy b/c 50 g	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 truskawkowo-jabłkowy b/c 50 g			
	Wartość energetyczna: 2183.65 kcal; Białko ogółem: 118.80 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 303.14 g; W tym cukry: 51.44 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 9.07 g; Sód: 3618.07 mg;	Wartość energetyczna: 2014.87 kcal; Białko ogółem: 56.77 g; Tłuszcz: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 336.97 g; W tym cukry: 28.07 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 6.19 g; Sód: 2465.90 mg;	Wartość energetyczna: 2017.68 kcal; Białko ogółem: 122.25 g; Tłuszcz: 54.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 277.88 g; W tym cukry: 50.53 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 4.88 g; Sód: 1946.22 mg;	Wartość energetyczna: 2116.57 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 277.79 g; W tym cukry: 48.86 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 6.35 g; Sód: 2530.99 mg;	Wartość energetyczna: 1788.11 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz: 50.56 g; Kw. tł. nasy.: 10.11 g; Węglowodany ogółem: 269.63 g; W tym cukry: 29.64 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 7.17 g; Sód: 2847.42 mg;	Wartość energetyczna: 1842.24 kcal; Białko ogółem: 98.53 g; Tłuszcz: 59.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 255.40 g; W tym cukry: 39.69 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1729.03 mg;	Wartość energetyczna: 2428.64 kcal; Białko ogółem: 98.53 g; Tłuszcz: 95.34 g; Kw. tł. nasy.: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 311.69 g; W tym cukry: 51.68 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 5.63 g; Sód: 2245.18 mg;	Wartość energetyczna: 1858.37 kcal; Białko ogółem: 116.65 g; Tłuszcz: 43.54 g; Kw. tł. nasy.: 10.27 g; Węglowodany ogółem: 269.75 g; W tym cukry: 40.18 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 6.26 g; Sód: 2486.12 mg;

		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
2026-10-21 Środa	Śniadanie	Ryż namleku 300 ml (MLE .) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE .) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż namleku 300 ml (MLE .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE .) Jabłko pieczone 150 g Salata 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.) 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 (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, 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 Filet z kurczaka gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż namleku 300 ml (MLE .) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE .)							
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JE CZ.) Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 300 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Wielowarzynna 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 JE CZ.) Surowka z marchwi z olejem b/c (bez soli) 100 g Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe mielone w sosie w/ 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE .) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka, glutenu) 400 ml (SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 80 ml Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JE CZ.) Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka, glutenu) 400 ml (SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 80 ml Kasza gryczana 180 g Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto wegetariańskie z tofu 300 g (SOJ, SEL, GLU, JE CZ.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surowka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (MLE, SOZ.) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Pomidor 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 (GLU PSZ, 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 салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE .) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Mix салат 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 .) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Brokuł 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 (GLU PSZ, 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 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 .) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Pomidor 100 g Mix салат 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 (GLU PSZ, 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 салат 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 Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Salata 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: 2416.14 kcal; Białko ogółem: 117.42 g; Tłuszcz: 67.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 353.53 g; W tym cukry: 73.12 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 6.74 g; Sód: 2680.13 mg;	Wartość energetyczna: 2146.15 kcal; Białko ogółem: 69.47 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 372.82 g; W tym cukry: 51.94 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 7.99 g; Sód: 3182.41 mg;	Wartość energetyczna: 2130.40 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 56.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; Węglowodany ogółem: 312.97 g; W tym cukry: 65.87 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 4.14 g; Sód: 1648.06 mg;	Wartość energetyczna: 2198.12 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 66.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 312.97 g; W tym cukry: 68.84 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 5.76 g; Sód: 2290.71 mg;	Wartość energetyczna: 2085.10 kcal; Białko ogółem: 99.48 g; Tłuszcz: 52.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.95 g; Węglowodany ogółem: 323.32 g; W tym cukry: 51.41 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 6.77 g; Sód: 2685.15 mg;	Wartość energetyczna: 2201.61 kcal; Białko ogółem: 93.85 g; Tłuszcz: 69.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 318.28 g; W tym cukry: 56.11 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 3.83 g; Sód: 1515.65 mg;	Wartość energetyczna: 2307.63 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 65.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 355.98 g; W tym cukry: 69.37 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 6.28 g; Sód: 2502.68 mg;	Wartość energetyczna: 2273.38 kcal; Białko ogółem: 123.10 g; Tłuszcz: 58.27 g; Kw. tł. nasy.: 14.61 g; Węglowodany ogółem: 330.53 g; W tym cukry: 43.62 g; Błonnik pok.: 27.71 g; Sól: 6.59 g; Sód: 2623.70 mg;

		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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g 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>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 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>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krem z zielonych warzyw 400 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 180 g (<u>MLE,</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka glutenu) 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka glutenu) 400 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Twaróg półtłusty 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa 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 Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 100 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>GLU PSZ, 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Buraczki gotowane 100 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>) Pasta z wędliny drobiowej 50 g 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 30 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ, SEL,</u>) 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</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>)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ, SEL,</u>) 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 biszkoptowe z jabłkiem 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)				Mus- przecier owocowy/ jablko 100g (tubka) 1 szt		Ciasto biszkoptowe z jabłkiem 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2410.99 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 348.97 g; W tym cukry: 61.26 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 6.65 g; Sód: 2655.89 mg;	Wartość energetyczna: 1824.67 kcal; Białko ogółem: 66.63 g; Tłuszcz: 44.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.50 g; Węglowodany ogółem: 306.12 g; W tym cukry: 33.34 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 6.16 g; Sód: 2458.49 mg;	Wartość energetyczna: 2437.28 kcal; Białko ogółem: 120.54 g; Tłuszcz: 77.01 g; Kw. tł. nasy.: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 347.43 g; W tym cukry: 63.04 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1745.20 mg;	Wartość energetyczna: 2272.93 kcal; Białko ogółem: 111.60 g; Tłuszcz: 68.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.12 g; Węglowodany ogółem: 291.90 g; W tym cukry: 60.63 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 6.97 g; Sód: 2795.81 mg;	Wartość energetyczna: 1877.16 kcal; Białko ogółem: 73.37 g; Tłuszcz: 49.18 g; Kw. tł. nasy.: 12.84 g; Węglowodany ogółem: 300.34 g; W tym cukry: 35.61 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 6.06 g; Sód: 2411.13 mg;	Wartość energetyczna: 1873.32 kcal; Białko ogółem: 87.81 g; Tłuszcz: 56.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 264.21 g; W tym cukry: 42.06 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 2.85 g; Sód: 1120.58 mg;	Wartość energetyczna: 2497.00 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 75.37 g; Kw. tł. nasy.: 33.10 g; Węglowodany ogółem: 368.59 g; W tym cukry: 66.13 g; Błonnik pok.: 33.21 g; Sól: 5.43 g; Sód: 2174.59 mg;	Wartość energetyczna: 2018.62 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 49.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; Węglowodany ogółem: 295.32 g; W tym cukry: 40.78 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 5.55 g; Sód: 2216.57 mg;

	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
2026-10-23 piątek	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE , Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (JAJ, MLE , Banan 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE , Jabłko pieczone 150 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 jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE , Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g 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 (MLE, SEL , Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ,może zawierać: ORŻ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE , Banan 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR , Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL , Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE , Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,)							
	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 z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU, JECZ , Knedle z truskawkami * 300 g (GLU PSZ , Mus z jabłek prażonych 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ , Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB , Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE , Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL , Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ , Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB , Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	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 z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* (bez glutenu) 100 g (SEL , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL , Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB , Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* (bez glutenu) 100 g (SEL , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ , Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB , Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB , Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Twarożek 100 g (MLE , 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Twarożek 100 g (MLE , 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Twarożek 100 g (MLE , Brokuł gotowany* 100 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 , Twarożek 100 g (MLE , Brokuł 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Mix sałat z marchewką i olejem 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ,może zawierać: ORŻ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Twarożek 100 g (MLE , 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 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Twarożek 100 g (MLE , 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 ,)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,)
PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt							Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Wartość energetyczna: 2319.69 kcal; Białko ogółem: 111.94 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; Węglowodany ogółem: 315.37 g; W tym cukry: 76.14 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 7.97 g; Sód: 3199.71 mg;	Wartość energetyczna: 2200.90 kcal; Białko ogółem: 54.77 g; Tłuszcz: 49.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; Węglowodany ogółem: 443.30 g; W tym cukry: 71.34 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 7.26 g; Sód: 2914.29 mg;	Wartość energetyczna: 2334.34 kcal; Białko ogółem: 112.07 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 314.02 g; W tym cukry: 76.18 g; Błonnik pok.: 24.09 g; Sól: 6.59 g; Sód: 2654.81 mg;	Wartość energetyczna: 2151.37 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 296.75 g; W tym cukry: 63.39 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sól: 7.67 g; Sód: 3068.35 mg;	Wartość energetyczna: 1991.57 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 55.26 g; Kw. tł. nasy.: 11.95 g; Węglowodany ogółem: 296.08 g; W tym cukry: 55.40 g; Błonnik pok.: 27.27 g; Sól: 8.59 g; Sód: 3437.34 mg;	Wartość energetyczna: 2145.17 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 77.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; Węglowodany ogółem: 288.64 g; W tym cukry: 64.15 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 5.29 g; Sód: 2124.61 mg;	Wartość energetyczna: 2328.76 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 83.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 313.95 g; W tym cukry: 74.88 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 8.81 g; Sód: 3508.67 mg;	Wartość energetyczna: 2072.61 kcal; Białko ogółem: 106.53 g; Tłuszcz: 55.45 g; Kw. tł. nasy.: 14.69 g; Węglowodany ogółem: 301.04 g; W tym cukry: 71.17 g; Błonnik pok.: 21.64 g; Sól: 5.24 g; Sód: 2091.20 mg;

	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
2026-10-24 sobota	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, 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 Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.)	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g 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 wieprzowej 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.)	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)							
2026-10-24 sobota	Obiad Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 180 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Buraczki gotowane b/c 100 g Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto wegetariańskie* 300 g (SEL.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane b/c 100 g Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Koperkowa z ziemniakami (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Buraczki gotowane b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Buraczki gotowane b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL.) Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu) 180 g (SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane b/c 100 g Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz sojowy z warzywami * 180g (SOJ, SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 180 g Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 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.) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) 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 (GLU PSZ.) 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	Jogurt naturalny z owocami* b/c 200 g (MLE.)				Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 50 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Jogurt naturalny z owocami* b/c 200 g (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2244.60 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 65.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 331.34 g; W tym cukry: 67.88 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 8.27 g; Sód: 3299.10 mg;	Wartość energetyczna: 1845.79 kcal; Białko ogółem: 61.02 g; Tłuszcz: 51.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 304.10 g; W tym cukry: 41.03 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 7.75 g; Sód: 3092.87 mg;	Wartość energetyczna: 2036.04 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 53.40 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; W tym cukry: 47.09 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1721.91 mg;	Wartość energetyczna: 2092.69 kcal; Białko ogółem: 94.18 g; Tłuszcz: 65.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 298.33 g; W tym cukry: 60.15 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 8.35 g; Sód: 3333.22 mg;	Wartość energetyczna: 1922.75 kcal; Białko ogółem: 80.09 g; Tłuszcz: 47.72 g; Kw. tł. nasy.: 12.43 g; Węglowodany ogółem: 314.98 g; W tym cukry: 30.25 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 9.32 g; Sód: 3721.81 mg;	Wartość energetyczna: 2063.23 kcal; Białko ogółem: 87.61 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 299.72 g; W tym cukry: 38.88 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 2.40 g; Sód: 950.20 mg;	Wartość energetyczna: 2371.98 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.78 g; Węglowodany ogółem: 352.87 g; W tym cukry: 59.17 g; Błonnik pok.: 39.90 g; Sól: 8.26 g; Sód: 3293.19 mg;	Wartość energetyczna: 1864.92 kcal; Białko ogółem: 106.76 g; Tłuszcz: 41.03 g; Kw. tł. nasy.: 11.73 g; Węglowodany ogółem: 284.49 g; W tym cukry: 48.45 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sól: 5.44 g; Sód: 2159.40 mg;

	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
2026-10-25 niedziela	Śniadanie Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata 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.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) (SOJ. może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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, 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 (GLU PSZ, 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	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, 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 ŚN 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.) Szparpna wieprzowina 100 g (GLU PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Knedle z truskawkami* 300 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pomidorowa z ryżem (bez soli)* 400 ml (MLE, SEL.) Sos pieczeniowy b/soli 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Zupa krem z pomidorów + 400 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Mieśo wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Kluski śląskie* 180 g (JAJ.) Szparpna 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Szparpna 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 jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Knedle z truskawkami* 300 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pietruszka natka 3 g	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Szparpna wieprzowina 100 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Gruszka 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 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 Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szykna Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Gruszka 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 Jabłko 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2466.14 kcal; Białko ogółem: 112.76 g; Tłuszcz: 76.12 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 353.36 g; W tym cukry: 48.92 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 7.23 g; Sód: 2885.00 mg;	Wartość energetyczna: 1944.88 kcal; Białko ogółem: 67.46 g; Tłuszcz: 45.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 338.30 g; W tym cukry: 31.13 g; Błonnik pok.: 15.75 g; Sól: 6.42 g; Sód: 2567.68 mg;	Wartość energetyczna: 1952.98 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 49.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 288.61 g; W tym cukry: 48.25 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 3.91 g; Sód: 1560.10 mg;	Wartość energetyczna: 2091.90 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 71.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 284.39 g; W tym cukry: 57.68 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 8.31 g; Sód: 3326.46 mg;	Wartość energetyczna: 2043.80 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 62.11 g; Kw. tł. nasy.: 16.93 g; Węglowodany ogółem: 306.03 g; W tym cukry: 37.07 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sól: 7.85 g; Sód: 3127.27 mg;	Wartość energetyczna: 1982.66 kcal; Białko ogółem: 86.65 g; Tłuszcz: 66.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 274.47 g; W tym cukry: 45.97 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 2.77 g; Sód: 1095.19 mg;	Wartość energetyczna: 2259.12 kcal; Białko ogółem: 71.87 g; Tłuszcz: 68.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 364.32 g; W tym cukry: 44.89 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 5.96 g; Sód: 2384.51 mg;	Wartość energetyczna: 1958.49 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 56.52 g; Kw. tł. nasy.: 13.25 g; Węglowodany ogółem: 278.17 g; W tym cukry: 34.32 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 4.98 g; Sód: 1986.93 mg;

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,