

	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 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) 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 Rukola 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wędzowanego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sałatka zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wędzowanego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sałatka zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>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>) Ogórek świeży 100 g Rukola 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 100 g Rukola 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 bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wędzowanego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ogórek świeży 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	
	II SN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml			Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wędzowana, parz. z dod. wody 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Szynka zapiekana wędzowana, parz. z dod. wody 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Papryka świeża 50 g				
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>) Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałata 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>) Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałata 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 Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałata 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>) Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp. wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ, PSZ, SOJ, GOR,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>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 Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Kanałkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wędzowana 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rzodkiew biała 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 Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wędzowana 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Łopatką zbojnicka wędzowana 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wędzowana 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rzodkiew biała 50 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Wartość energetyczna: 2392.52 kcal; Białko ogółem: 100.50 g; Tłuszcz: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 363.65 g; W tym cukry: 86.99 g; Błonnik pok.: 36.11 g; Sól: 8.78 g; Sód: 3498.23 mg;	Wartość energetyczna: 2308.37 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 68.29 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 343.81 g; W tym cukry: 88.34 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 8.62 g; Sód: 3440.53 mg;	Wartość energetyczna: 2226.79 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 60.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 344.82 g; W tym cukry: 88.54 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 9.64 g; Sód: 3843.35 mg;	Wartość energetyczna: 2680.09 kcal; Białko ogółem: 112.45 g; Tłuszcz: 72.23 g; Kw. tł. nasy.: 35.81 g; Węglowodany ogółem: 412.15 g; W tym cukry: 97.86 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 9.80 g; Sód: 3920.87 mg;	Wartość energetyczna: 2641.17 kcal; Białko ogółem: 125.66 g; Tłuszcz: 93.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 367.99 g; W tym cukry: 47.60 g; Błonnik pok.: 49.24 g; Sól: 8.98 g; Sód: 3578.35 mg;	Wartość energetyczna: 2454.97 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 83.63 g; Kw. tł. nasy.: 17.53 g; Węglowodany ogółem: 361.45 g; W tym cukry: 29.44 g; Błonnik pok.: 54.30 g; Sól: 8.51 g; Sód: 3394.51 mg;	Wartość energetyczna: 2511.10 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 80.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; Węglowodany ogółem: 352.01 g; W tym cukry: 43.03 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sól: 10.72 g; Sód: 4280.50 mg;	Wartość energetyczna: 2336.07 kcal; Białko ogółem: 132.81 g; Tłuszcz: 67.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 326.88 g; W tym cukry: 61.82 g; Błonnik pok.: 58.57 g; Sól: 10.90 g; Sód: 4344.90 mg;	Wartość energetyczna: 2349.00 kcal; Białko ogółem: 106.49 g; Tłuszcz: 78.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 346.13 g; W tym cukry: 56.47 g; Błonnik pok.: 46.76 g; Sól: 9.56 g; Sód: 3811.73 mg;	Wartość energetyczna: 1684.20 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 59.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.20 g; W tym cukry: 45.09 g; Błonnik pok.: 31.63 g; Sól: 7.96 g; Sód: 3171.93 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. pobud. 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 Ubogonegrytyczna
2026-09-29 wtorek	Śniadanie Zacierka 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,) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE,) Śliwka 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka 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,) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE,) Banan 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g (MLE,) Banan 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Banan 150 g Salata lodowa 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 Twarożek z koperkiem 100 g (MLE,) Śliwka 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 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 Salata 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 ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g (MLE,) Śliwka 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Twarożek z koperkiem 100 g (MLE,) Śliwka 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g (MLE,) Banan 150 g Salata 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,) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE,) Banan 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
				Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Słupki z marchewki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Łopatką zbożnikowa wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Słupki z marchewki 50 g			
	Obiad Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL,) Buraczki gotowane b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryz na sypko 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL,) Buraczki gotowane b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml			Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL,) Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL,) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL,) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryz na sypko 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL,) Buraczki gotowane b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL,) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL,) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryz na sypko 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL,) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Płatki pszenne 10g (GLU PSZ,) Jabłko 150 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 udźcem z kurczaka* 200 g (SEL,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL,) Pomidor 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 Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL,) Kukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL,) Kukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Mix sałat 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 udźcem z kurczaka* 200 g (SEL,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Mix sałat 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 udźcem z kurczaka* 200 g (SEL,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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,) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (SEL,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Wafle ryżowe 30 g Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Wafle ryżowe 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)		
PN	Wartość energetyczna: 2212.56 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 78.11 g; Kw. tł. nasy.: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 311.32 g; W tym cukry: 62.62 g; Błonnik pok.: 38.73 g; Sól: 6.87 g; Sód: 2744.42 mg;	Wartość energetyczna: 2285.72 kcal; Białko ogółem: 100.53 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 335.13 g; W tym cukry: 78.28 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 6.25 g; Sód: 2495.65 mg;	Wartość energetyczna: 2279.32 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 335.07 g; W tym cukry: 78.22 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 6.29 g; Sód: 2503.65 mg;	Wartość energetyczna: 2619.00 kcal; Białko ogółem: 119.28 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 373.91 g; W tym cukry: 85.28 g; Błonnik pok.: 50.78 g; Sól: 7.46 g; Sód: 3017.00 mg;	Wartość energetyczna: 2395.88 kcal; Białko ogółem: 106.64 g; Tłuszcz: 83.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 343.91 g; W tym cukry: 71.20 g; Błonnik pok.: 50.83 g; Sól: 9.32 g; Sód: 2970.51 mg;	Wartość energetyczna: 2292.82 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 73.57 g; Kw. tł. nasy.: 16.64 g; Węglowodany ogółem: 354.09 g; W tym cukry: 59.71 g; Błonnik pok.: 50.83 g; Sól: 9.32 g; Sód: 3715.88 mg;	Wartość energetyczna: 2410.84 kcal; Białko ogółem: 106.64 g; Tłuszcz: 72.14 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 309.14 g; W tym cukry: 84.05 g; Błonnik pok.: 56.33 g; Sól: 8.51 g; Sód: 2890.70 mg;	Wartość energetyczna: 2152.37 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 65.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 309.14 g; W tym cukry: 84.05 g; Błonnik pok.: 56.33 g; Sól: 8.51 g; Sód: 3398.27 mg;	Wartość energetyczna: 2148.97 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 298.30 g; W tym cukry: 61.26 g; Błonnik pok.: 44.21 g; Sól: 6.32 g; Sód: 2513.91 mg;	Wartość energetyczna: 1842.46 kcal; Białko ogółem: 75.01 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; Węglowodany ogółem: 262.06 g; W tym cukry: 61.96 g; Błonnik pok.: 35.78 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1724.65 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
2026-09-30 środa	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) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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) 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU 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.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 wieprzowa, wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany żytnio-pszenny 100 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 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) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab 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 Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g		
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Sznurki z ryby mielonej z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż nasypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
2026-09-30 środa	PD			Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE)				Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 30 g (SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 50 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) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Brokuł gotowany* 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2) Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2) Rzodkiew biała 50 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2) Rzodkiew biała 50 g
2026-09-30 środa		Wartość energetyczna: 2104.82 kcal; Białko ogółem: 105.28 g; Tłuszcz: 66.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 298.30 g; W tym cukry: 53.44 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 7.26 g; Sód: 2886.18 mg;	Wartość energetyczna: 2154.19 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Tłuszcz: 65.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 299.66 g; W tym cukry: 54.38 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 7.48 g; Sód: 2983.40 mg;	Wartość energetyczna: 2156.72 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nasy.: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 299.96 g; W tym cukry: 56.67 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sól: 7.53 g; Sód: 2996.95 mg;	Wartość energetyczna: 2237.60 kcal; Białko ogółem: 120.91 g; Tłuszcz: 80.81 g; Kw. tł. nasy.: 33.34 g; Węglowodany ogółem: 358.56 g; W tym cukry: 79.11 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sól: 8.63 g; Sód: 3448.27 mg;	Wartość energetyczna: 2137.83 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 65.37 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 315.41 g; W tym cukry: 29.85 g; Błonnik pok.: 44.10 g; Sól: 8.54 g; Sód: 3394.04 mg;	Wartość energetyczna: 2380.79 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 80.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 313.38 g; W tym cukry: 35.04 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 9.80 g; Sód: 3905.25 mg;	Wartość energetyczna: 2232.86 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 62.86 g; Kw. tł. nasy.: 14.41 g; Węglowodany ogółem: 314.49 g; W tym cukry: 51.19 g; Błonnik pok.: 36.38 g; Sól: 10.21 g; Sód: 4070.08 mg;	Wartość energetyczna: 2135.27 kcal; Białko ogółem: 98.22 g; Tłuszcz: 69.53 g; Kw. tł. nasy.: 18.25 g; Węglowodany ogółem: 303.64 g; W tym cukry: 54.04 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sól: 6.65 g; Sód: 2637.12 mg;	Wartość energetyczna: 1828.94 kcal; Białko ogółem: 98.22 g; Tłuszcz: 65.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 246.80 g; W tym cukry: 31.75 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sól: 7.61 g; Sód: 3030.46 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.pobud.wydz.soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonenergetyczna
2026-10-01 czwartek	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) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	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. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 150 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Dymia z wody 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%tłt. 10 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	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 Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II SN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g Słupki z marchewki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g		
2026-10-01 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasztolito jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasztolito jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasztolito jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasztolito jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasztolito jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasztolito jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 180 g Schab gotowany 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda z cytryną 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 180 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab gotowany 30 g				Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Schab gotowany 30 g Pomidor 50 g		
2026-10-01 czwartek	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 szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, 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 szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, 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%tłt. 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, 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 szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mini serniczki z musem malinowym b/c+ 150 g (JAJ, MLE.)			Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Mini serniczki z musem malinowym b/c+ 150 g (JAJ, MLE.)	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 Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 50 g	Mini serniczki z musem malinowym b/c+ 150 g (JAJ, MLE.)
Wartość energetyczna: 2427.32 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 84.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 336.31 g; W tym cukry: 76.66 g; Błonnik pok.: 36.81 g; Sól: 8.53 g; Sód: 3395.25 mg.										
Wartość energetyczna: 2420.74 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 74.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 345.33 g; W tym cukry: 82.17 g; Błonnik pok.: 32.94 g; Sól: 7.18 g; Sód: 2876.63 mg.										
Wartość energetyczna: 2414.34 kcal; Białko ogółem: 107.48 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 345.27 g; W tym cukry: 84.62 g; Błonnik pok.: 32.79 g; Sól: 7.21 g; Sód: 2884.63 mg.										
Wartość energetyczna: 2756.18 kcal; Białko ogółem: 120.77 g; Tłuszcz: 82.48 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 405.18 g; W tym cukry: 84.62 g; Błonnik pok.: 32.88 g; Sól: 9.18 g; Sód: 3676.47 mg.										
Wartość energetyczna: 2311.56 kcal; Białko ogółem: 110.17 g; Tłuszcz: 79.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 321.43 g; W tym cukry: 43.58 g; Błonnik pok.: 44.49 g; Sól: 9.62 g; Sód: 3838.11 mg.										
Wartość energetyczna: 2335.96 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.59 g; Węglowodany ogółem: 343.25 g; W tym cukry: 43.58 g; Błonnik pok.: 48.81 g; Sól: 10.24 g; Sód: 4073.92 mg.										
Wartość energetyczna: 2400.14 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 74.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; W tym cukry: 48.64 g; Błonnik pok.: 31.78 g; Sól: 11.59 g; Sód: 4823.14 mg.										
Wartość energetyczna: 2346.54 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 60.72 g; Kw. tł. nasy.: 16.13 g; Węglowodany ogółem: 326.26 g; W tym cukry: 70.98 g; Błonnik pok.: 55.79 g; Sól: 12.66 g; Sód: 5051.17 mg.										
Wartość energetyczna: 2342.39 kcal; Białko ogółem: 125.68 g; Tłuszcz: 72.46 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 326.38 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 38.89 g; Sól: 8.02 g; Sód: 3193.32 mg.										
Wartość energetyczna: 1930.66 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 61.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 261.62 g; W tym cukry: 65.99 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 7.21 g; Sód: 2876.81 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 Ubogonegetyczna
2026-10-02 dzień	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszeniny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pasta z brokuła * 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna 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,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pasta z brokuła * 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna 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,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE,) Łopatką zbojnicka w pieprzowa wędzona 50 g (SOJ,może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z brokuła * 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszeniny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pasta z brokuła * 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszeniny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Pasta z brokuła * 100 g Salata zielona 10 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 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE,) Łopatką zbojnicka w pieprzowa wędzona 50 g (SOJ,może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z brokuła * 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 10 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Łopatką zbojnicka w pieprzowa wędzona 50 g (SOJ,może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszeniny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE,) Łopatką zbojnicka w pieprzowa wędzona 50 g (SOJ,może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z brokuła * 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Salata zielona 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka w pieprzowego 30 g (MLE,może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,)	Chleb razowy żytnio-pszeniny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Hummus 50 g (SEZ,) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszeniny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Hummus 30 g (SEZ,) Pomidor 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 w pieprzowego 30 g (MLE,może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Cukinia pieczona z olejem * 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW,) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka w pieprzowego 30 g (MLE,może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Pomidor 50 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Kalefior gotowany * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem * 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem * 100 g (SEL,) Kalefior gotowany 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem * 100 g (SEL,) Woda z cytryną 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Płatki owsiane 10g (GLU OW,) Jabłko 150 g		
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszeniny 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,) Ogórek świeży 30 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	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,) Jabłko pieczone 150 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	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 Twarożek 100 g (MLE,) Ogórek świeży 30 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek świeży 30 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniny 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,) Pomidor 100 g Mix салат 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 Twarożek 100 g (MLE,) Pomidor 100 g Mix салат 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 Twarożek 100 g (MLE,) Ogórek świeży 30 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE,) Mix салат 10 g Ogórek świeży 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszeniny 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,) Rzepa biała 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 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 Flora ProActiv 35%tłt. 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Rzepa biała 50 g	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Wartość energetyczna: 2079.48 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 278.50 g; W tym cukry: 55.24 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 7.18 g; Sód: 2858.70 mg;	Wartość energetyczna: 2064.30 kcal; Białko ogółem: 99.09 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 277.18 g; W tym cukry: 54.59 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2808.58 mg;	Wartość energetyczna: 1946.89 kcal; Białko ogółem: 92.96 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 275.51 g; W tym cukry: 53.34 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 7.95 g; Sód: 3160.83 mg;	Wartość energetyczna: 2346.15 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 330.74 g; W tym cukry: 73.78 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 9.11 g; Sód: 3631.26 mg;	Wartość energetyczna: 2311.21 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 97.23 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 290.98 g; W tym cukry: 37.01 g; Błonnik pok.: 41.86 g; Sól: 9.25 g; Sód: 3678.15 mg;	Wartość energetyczna: 2191.89 kcal; Białko ogółem: 97.93 g; Tłuszcz: 85.50 g; Kw. tł. nasy.: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 299.97 g; W tym cukry: 28.70 g; Błonnik pok.: 44.30 g; Sól: 9.63 g; Sód: 3823.37 mg;	Wartość energetyczna: 2127.06 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 71.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.81 g; Węglowodany ogółem: 287.76 g; W tym cukry: 33.46 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sól: 10.58 g; Sód: 4211.00 mg;	Wartość energetyczna: 2246.62 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 73.80 g; Kw. tł. nasy.: 15.99 g; Węglowodany ogółem: 303.57 g; W tym cukry: 65.34 g; Błonnik pok.: 54.97 g; Sól: 9.23 g; Sód: 3676.13 mg;	Wartość energetyczna: 2001.87 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 281.07 g; W tym cukry: 54.17 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 6.94 g; Sód: 2757.35 mg;	Wartość energetyczna: 1638.92 kcal; Białko ogółem: 80.47 g; Tłuszcz: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 207.83 g; W tym cukry: 43.02 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 5.60 g; Sód: 2228.83 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) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (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 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków 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 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 luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko 150 g Sałata lodowa 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 Schab gotowany 50 g Jabłko 150 g Herbata 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 ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna bez mleczna ProActiv 35%tł. 10 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko 150 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) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko 150 g Sałata lodowa 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) Twarożek z ziołami 50 g (MLE)	Płatki pszenne 10g (GLU PSZ) Gruszka 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyknowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek z ziołami 50 g (MLE) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Twarożek z ziołami 50 g (MLE) Ogórek kiszony 50 g		
Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Woda z cytryną 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Płatki pszenne 10 g (GLU PSZ) Jabłko 150 g		
Kolejacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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) Pasztet z soczewicy* 100 g (JAJ) Sałatka wiosenna - diety 100 g Sałata zielona 10 g	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 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) 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 10 g	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 ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z soczewicy* 100 g (JAJ) Sałatka wiosenna - diety 100 g 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 Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Pasztet z soczewicy* 100 g (JAJ) Sałatka wiosenna - diety 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 Pasztet z soczewicy* 100 g (JAJ) Sałatka wiosenna - diety 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) Pasztet z soczewicy* 100 g (JAJ) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 5 g
PN	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, SEL.) 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 luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, SEL.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2532.33 kcal; Białko ogółem: 123.96 g; Tłuszcz: 79.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.98 g; Węglowodany ogółem: 355.35 g; W tym cukry: 74.69 g; Błonnik pok.: 39.10 g; Sól: 7.66 g; Sód: 3066.83 mg;	Wartość energetyczna: 2085.96 kcal; Białko ogółem: 115.44 g; Tłuszcz: 55.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 297.09 g; W tym cukry: 71.45 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 8.71 g; Sód: 3480.95 mg;	Wartość energetyczna: 1918.68 kcal; Białko ogółem: 127.72 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tł. nasy.: 13.91 g; Węglowodany ogółem: 279.42 g; W tym cukry: 55.23 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 8.60 g; Sód: 3429.78 mg;	Wartość energetyczna: 2250.90 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 77.46 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 320.50 g; W tym cukry: 64.08 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 9.32 g; Sód: 3725.79 mg;	Wartość energetyczna: 2450.38 kcal; Białko ogółem: 112.42 g; Tłuszcz: 77.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.74 g; Węglowodany ogółem: 361.36 g; W tym cukry: 67.80 g; Błonnik pok.: 47.22 g; Sól: 8.15 g; Sód: 3253.98 mg;	Wartość energetyczna: 2463.37 kcal; Białko ogółem: 122.42 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 15.17 g; Węglowodany ogółem: 366.74 g; W tym cukry: 42.69 g; Błonnik pok.: 49.96 g; Sól: 8.18 g; Sód: 3260.74 mg;	Wartość energetyczna: 2074.80 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 56.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 306.24 g; W tym cukry: 47.20 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 10.34 g; Sód: 4118.55 mg;	Wartość energetyczna: 2296.88 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 63.00 g; Kw. tł. nasy.: 12.17 g; Węglowodany ogółem: 346.81 g; W tym cukry: 58.56 g; Błonnik pok.: 55.72 g; Sól: 9.95 g; Sód: 3979.14 mg;	Wartość energetyczna: 2409.01 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz: 79.47 g; Kw. tł. nasy.: 16.82 g; Węglowodany ogółem: 355.91 g; W tym cukry: 59.04 g; Błonnik pok.: 47.21 g; Sól: 8.03 g; Sód: 3209.49 mg;	Wartość energetyczna: 1937.18 kcal; Białko ogółem: 85.74 g; Tłuszcz: 68.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 281.16 g; W tym cukry: 47.21 g; Błonnik pok.: 39.61 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2688.01 mg;

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.25.12.30

	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
2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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, GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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, GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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, GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Dymna z wody 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g (<u>MLE, GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Rzodkiew biała 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 razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g (<u>MLE, GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>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 (<u>MLE, GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II SN			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki pszenne 10g (<u>GLU PSZ.</u>) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko 150 g Płatki pszenne 10g (<u>GLU PSZ.</u>) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki pszenne 10g (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłko 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki pszenne 10g (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłko 150 g		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Sos jogurtowo-porcerekowy* 60 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porcerekowy* 60 g (<u>MLE.</u>)	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porcerekowy* 60g (<u>MLE.</u>)	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy)* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda z cytryną 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Chrupki kukurydziane 20 g			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g		
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml 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, GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Mix салат 10 g Ogórek świeży 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Mix салат 10 g Pomidor 100 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 (<u>MLE, GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Mix салат 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Mix салат 10 g Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<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 (<u>MLE, GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Mix салат 10 g Pomidor 100 g	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>) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	
PN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, 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 Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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 Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2661.32 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw. tł. nasy.: 40.34 g; Węglowodany ogółem: 373.46 g; W tym cukry: 90.21 g; Błonnik pok.: 39.83 g; Soli: 7.96 g; Sód: 3183.59 mg;	Wartość energetyczna: 2624.00 kcal; Białko ogółem: 106.36 g; Tłuszcz: 88.27 g; Kw. tł. nasy.: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 371.09 g; W tym cukry: 87.55 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Soli: 7.43 g; Sód: 2976.31 mg;	Wartość energetyczna: 2499.56 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 382.45 g; W tym cukry: 104.75 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Soli: 7.79 g; Sód: 3106.91 mg;	Wartość energetyczna: 2640.13 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 74.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 399.87 g; W tym cukry: 108.40 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Soli: 7.97 g; Sód: 3183.24 mg;	Wartość energetyczna: 2522.87 kcal; Białko ogółem: 111.59 g; Tłuszcz: 97.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 349.96 g; W tym cukry: 34.84 g; Błonnik pok.: 51.42 g; Soli: 7.67 g; Sód: 3049.22 mg;	Wartość energetyczna: 2425.44 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 91.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 367.76 g; W tym cukry: 58.94 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Soli: 8.64 g; Sód: 3437.07 mg;	Wartość energetyczna: 2524.51 kcal; Białko ogółem: 108.12 g; Tłuszcz: 78.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 367.76 g; W tym cukry: 59.94 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Soli: 9.36 g; Sód: 3727.82 mg;	Wartość energetyczna: 2295.00 kcal; Białko ogółem: 119.31 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 319.78 g; W tym cukry: 71.65 g; Błonnik pok.: 59.37 g; Soli: 9.09 g; Sód: 3630.65 mg;	Wartość energetyczna: 2246.66 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 79.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 319.78 g; W tym cukry: 58.49 g; Błonnik pok.: 45.55 g; Soli: 7.09 g; Sód: 2819.53 mg;	Wartość energetyczna: 1952.31 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 31.09 g; Węglowodany ogółem: 250.80 g; W tym cukry: 42.76 g; Błonnik pok.: 38.72 g; Soli: 4.95 g; Sód: 1972.02 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	
2026-10-06 wtorek	Sniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ZYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II SN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ,może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>)	Chlebrazowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Hummus 30 g (<u>SEZ,</u>) Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicką wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ,może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ZYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Hummus 30 g (<u>SEZ,</u>) Słupki z marchewki 50 g				
2026-10-06 wtorek	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajkar gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajkar gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajkar gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajkar gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajkar gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajkar gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajkar gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Sznajkar gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>) Płatki owsiane 10g (<u>GLU OW,</u>) Jabłko 150 g			
2026-10-06 wtorek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ZYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ZYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pomidor 50 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
2026-10-06 wtorek		Wartość energetyczna: 2473.46 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Tłuszcz: 74.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 378.60 g; W tym cukry: 49.20 g; Błonnik pok.: 45.57 g; Sól: 7.55 g; Sód: 3002.06 mg;	Wartość energetyczna: 2350.27 kcal; Białko ogółem: 103.61 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 353.06 g; W tym cukry: 43.12 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 7.48 g; Sód: 2981.68 mg;	Wartość energetyczna: 2341.87 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; Tłuszcz: 66.53 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; Węglowodany ogółem: 353.01 g; W tym cukry: 42.94 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 7.58 g; Sód: 3015.28 mg;	Wartość energetyczna: 2719.14 kcal; Białko ogółem: 122.71 g; Tłuszcz: 79.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; Węglowodany ogółem: 405.65 g; W tym cukry: 67.34 g; Błonnik pok.: 34.84 g; Sól: 9.43 g; Sód: 3774.61 mg;	Wartość energetyczna: 2668.53 kcal; Białko ogółem: 118.83 g; Tłuszcz: 90.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 390.93 g; W tym cukry: 43.64 g; Błonnik pok.: 53.79 g; Sól: 9.19 g; Sód: 3653.06 mg;	Wartość energetyczna: 2487.46 kcal; Białko ogółem: 111.65 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 380.96 g; W tym cukry: 36.34 g; Błonnik pok.: 51.12 g; Sól: 7.82 g; Sód: 3102.09 mg;	Wartość energetyczna: 2527.84 kcal; Białko ogółem: 114.41 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 370.93 g; W tym cukry: 38.01 g; Błonnik pok.: 33.03 g; Sól: 10.51 g; Sód: 4185.84 mg;	Wartość energetyczna: 2482.45 kcal; Białko ogółem: 115.54 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw. tł. nasy.: 15.50 g; Węglowodany ogółem: 378.57 g; W tym cukry: 79.22 g; Błonnik pok.: 59.61 g; Sól: 9.75 g; Sód: 3886.75 mg;	Wartość energetyczna: 2437.85 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 375.73 g; W tym cukry: 46.82 g; Błonnik pok.: 49.62 g; Sól: 7.10 g; Sód: 2815.82 mg;	Wartość energetyczna: 1950.48 kcal; Białko ogółem: 86.39 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 378.92 g; W tym cukry: 36.36 g; Błonnik pok.: 38.37 g; Sól: 6.02 g; Sód: 2394.10 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. węgli 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	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałatazielona 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.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Buraczki gotowane 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rzodkiew biała 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 Szynka z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rzodkiew biała 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%tłt. 10 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko 150 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II ŚN				Jabłko pieczone 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.) Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (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	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.) Jabłko pieczone 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.) Jabłko 150 g	
Obiad	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) Dynia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) Dynia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Słupki z marchewki 50 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 ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Banan 150 g 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 Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Jabłko 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 Schab gotowany 50 g Jabłko 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko 150 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 z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko 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.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Jabłko 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 z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
	PN	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g 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 kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2071.41 kcal; Białko ogółem: 102.40 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 323.60 g; W tym cukry: 72.73 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 6.70 g; Sód: 2672.28 mg;	Wartość energetyczna: 2112.50 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 51.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 323.70 g; W tym cukry: 73.37 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 6.28 g; Sód: 2508.44 mg;	Wartość energetyczna: 2104.10 kcal; Białko ogółem: 105.58 g; Tłuszcz: 50.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; Węglowodany ogółem: 323.65 g; W tym cukry: 73.19 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 6.38 g; Sód: 2542.04 mg;	Wartość energetyczna: 2416.47 kcal; Białko ogółem: 118.56 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 376.89 g; W tym cukry: 92.81 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 7.49 g; Sód: 2995.14 mg;	Wartość energetyczna: 2002.12 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 53.23 g; Kw. tł. nasy.: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 330.03 g; W tym cukry: 61.71 g; Błonnik pok.: 40.29 g; Sól: 8.00 g; Sód: 3180.64 mg;	Wartość energetyczna: 2088.37 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 54.43 g; Kw. tł. nasy.: 14.82 g; Węglowodany ogółem: 330.57 g; W tym cukry: 39.13 g; Błonnik pok.: 46.48 g; Sól: 8.58 g; Sód: 3410.41 mg;	Wartość energetyczna: 2157.85 kcal; Białko ogółem: 110.52 g; Tłuszcz: 54.83 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 326.35 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sól: 7.59 g; Sód: 3019.89 mg;	Wartość energetyczna: 1917.83 kcal; Białko ogółem: 116.31 g; Tłuszcz: 36.03 g; Kw. tł. nasy.: 11.48 g; Węglowodany ogółem: 307.42 g; W tym cukry: 72.84 g; Błonnik pok.: 49.83 g; Sól: 9.59 g; Sód: 3817.89 mg;	Wartość energetyczna: 1853.95 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 48.69 g; Kw. tł. nasy.: 18.96 g; Węglowodany ogółem: 288.57 g; W tym cukry: 58.13 g; Błonnik pok.: 36.53 g; Sól: 5.78 g; Sód: 2296.05 mg;	Wartość energetyczna: 1535.48 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 43.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 225.79 g; W tym cukry: 44.99 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1930.59 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. pobud. 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 Ubogonegetyczna	
2026-10-08 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (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 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 100 g 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 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa 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 drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 500 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane k M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane k M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 10g (GLU OW.) Jabiko 150 g			
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml			Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Łopatką wieprzowa pieczona 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Łopatką wieprzowa pieczona 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Łopatką wieprzowa pieczona 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g				
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU 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.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Salata 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 i marchewki 100 g Salata 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 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 Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	
	PN	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30g (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 Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		
		Wartość energetyczna: 2476.91 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; Tłuszcz: 77.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 342.08 g; W tym cukry: 55.94 g; Błonnik pok.: 37.53 g; Sól: 9.17 g; Sód: 3663.37 mg;	Wartość energetyczna: 2487.96 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; Tłuszcz: 72.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 342.10 g; W tym cukry: 53.76 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 8.62 g; Sód: 3444.02 mg;	Wartość energetyczna: 2479.56 kcal; Białko ogółem: 103.27 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; Węglowodany ogółem: 342.05 g; W tym cukry: 53.58 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 8.72 g; Sód: 3477.62 mg;	Wartość energetyczna: 3042.21 kcal; Białko ogółem: 125.52 g; Tłuszcz: 90.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 421.96 g; W tym cukry: 69.54 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 10.67 g; Sód: 4276.92 mg;	Wartość energetyczna: 2439.42 kcal; Białko ogółem: 115.76 g; Tłuszcz: 87.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 344.57 g; W tym cukry: 56.05 g; Błonnik pok.: 48.52 g; Sól: 10.16 g; Sód: 4053.64 mg;	Wartość energetyczna: 2277.60 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 79.85 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 340.96 g; W tym cukry: 38.18 g; Błonnik pok.: 51.51 g; Sól: 8.66 g; Sód: 3444.10 mg;	Wartość energetyczna: 3790.25 kcal; Białko ogółem: 152.64 g; Tłuszcz: 88.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 630.32 g; W tym cukry: 68.22 g; Błonnik pok.: 35.74 g; Sól: 14.55 g; Sód: 5827.16 mg;	Wartość energetyczna: 2320.01 kcal; Białko ogółem: 127.43 g; Tłuszcz: 73.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 337.40 g; W tym cukry: 79.39 g; Błonnik pok.: 54.10 g; Sól: 11.63 g; Sód: 4645.67 mg;	Wartość energetyczna: 2438.52 kcal; Białko ogółem: 115.99 g; Tłuszcz: 73.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 337.00 g; W tym cukry: 55.43 g; Błonnik pok.: 40.84 g; Sól: 8.99 g; Sód: 3587.21 mg;	Wartość energetyczna: 1920.37 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz: 63.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 241.50 g; W tym cukry: 40.76 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 7.82 g; Sód: 3128.64 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. 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
2026-10-09 piątek	Sniadanie Zacierka 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Śliwka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża 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 czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 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. naturalny 100 g (MLE.) Papryka świeża 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Papryka świeża 70 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 Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) 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.) Banan 150 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II SN				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wieprzowy, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g		Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 50 g		
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c (l) 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Pulpetrybny (Miruna) 80 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wodą* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku * 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (MLE, SEL.) Pulpetrybny (Miruna) 80 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c (l) 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym Pulpetrybny (Miruna) 80 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c (l) 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Pulpetrybny (Miruna) 80 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wodą* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym Pulpetrybny (Miruna) 80 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ.) Surówka żydowska z olejem b/c (l) 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda z cytryną 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Pulpetrybny (Miruna) 80 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ.) Surówka żydowska z olejem b/c (l) 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Pulpetrybny (Miruna) 80 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c (l) 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Biszkopty 30 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JE CZ.)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynkowa dębowa drobiowa Kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 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.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) 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 duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża 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.) Mix sałat 10 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 duża krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Mix sałat 10 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (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 (JAJ.) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna duża 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.) Mix sałat 10 g Pomidor 100 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 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.) Mix sałat 10 g Pomidor 100 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.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Mix sałat 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
PN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Arbuz 200 g Płatki owsiane 10g (GLU OW.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 5 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g Rzodkiew biała rozdrobniona 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10g (GLU OW.) Arbuz 200 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 1961.68 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 61.51 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 283.17 g; W tym cukry: 51.10 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 6.64 g; Sód: 2647.69 mg;	Wartość energetyczna: 2113.29 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 58.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 321.22 g; W tym cukry: 66.81 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 5.60 g; Sód: 2231.23 mg;	Wartość energetyczna: 1999.81 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 13.61 g; Węglowodany ogółem: 308.93 g; W tym cukry: 56.11 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól: 7.23 g; Sód: 2882.08 mg;	Wartość energetyczna: 2192.32 kcal; Białko ogółem: 91.70 g; Tłuszcz: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 347.49 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 7.51 g; Sód: 3004.29 mg;	Wartość energetyczna: 2107.22 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.40 g; Węglowodany ogółem: 313.67 g; W tym cukry: 68.58 g; Błonnik pok.: 38.30 g; Sól: 8.47 g; Sód: 3364.97 mg;	Wartość energetyczna: 1949.52 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 15.99 g; Węglowodany ogółem: 289.64 g; W tym cukry: 28.99 g; Błonnik pok.: 39.49 g; Sól: 9.97 g; Sód: 3970.41 mg;	Wartość energetyczna: 2071.63 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 56.39 g; Kw. tł. nasy.: 14.95 g; Węglowodany ogółem: 324.92 g; W tym cukry: 75.37 g; Błonnik pok.: 50.44 g; Sól: 10.15 g; Sód: 4043.44 mg;	Wartość energetyczna: 2138.10 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 54.36 g; Kw. tł. nasy.: 11.97 g; Węglowodany ogółem: 324.92 g; W tym cukry: 75.37 g; Błonnik pok.: 50.44 g; Sól: 10.15 g; Sód: 4043.44 mg;	Wartość energetyczna: 1967.50 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz: 58.35 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; Węglowodany ogółem: 298.57 g; W tym cukry: 51.09 g; Błonnik pok.: 35.66 g; Sól: 7.57 g; Sód: 3015.34 mg;	Wartość energetyczna: 1640.43 kcal; Białko ogółem: 73.13 g; Tłuszcz: 56.31 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 238.54 g; W tym cukry: 54.02 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 5.09 g; Sód: 2031.59 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 Ubogonegetyczna
2026-10-10 sobota	Śniadanie 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.) Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (może zawierać: GOR.) Kalarepa 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (MLE.)	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.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Brokol gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Brokol gotowany* 100 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 Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (może zawierać: GOR.) Kalarepa 100 g Sałata lodowa 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 z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Kalarepa 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Kalarepa 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 10 g Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Kalarepa 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.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL.) Kalarepa 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Szykwa Extra-wędzonka Jabko 150 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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane Kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10g (GLU OW.) Jabko 150 g		
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Woda z cytryną 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa Extra-wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną 30 g (SOJ.)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Szynkowa Extra-wędzonka wiewprzowa, wędzona z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Słupki z marchewki 50 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.) Hummus z ciecierzycy 100 g Sałata z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Sałatazielona 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.) Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ. Pomidor 100 g Sałatazielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 110g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ. Dymna z wody 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 110g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ. Dymna z wody 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Chlebrazowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Hummus z ciecierzycy 100 g Sałata z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300ml	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 zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ. Pomidor 100 g Mixsałat 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%tłt. 10 g Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ. Sałata z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Hummus z ciecierzycy 100 g Pomidor 100 g Mixsałat 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.) Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEJCZ. Pomidor 100 g Mixsałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Sałatazielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Sałatazielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Sałatazielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 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 Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Sałatazielona 5 g		
	Wartość energetyczna: 2653.67 kcal; Białko ogółem: 115.45 g; Tłuszcz: 102.24 g; Kw. tł. nasy.: 37.98 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; W tym cukry: 60.02 g; Błonnik pok.: 40.67 g; Sól: 11.38 g; Sód: 4534.04 mg;	Wartość energetyczna: 2479.12 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 86.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.04 g; Węglowodany ogółem: 325.49 g; W tym cukry: 56.97 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 11.05 g; Sód: 4409.78 mg;	Wartość energetyczna: 2197.51 kcal; Białko ogółem: 105.35 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.18 g; Węglowodany ogółem: 353.08 g; W tym cukry: 54.37 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 9.10 g; Sód: 3627.14 mg;	Wartość energetyczna: 2390.80 kcal; Białko ogółem: 106.30 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 317.29 g; W tym cukry: 51.17 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 11.11 g; Sód: 4443.40 mg;	Wartość energetyczna: 2382.32 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 82.62 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 330.74 g; W tym cukry: 28.52 g; Błonnik pok.: 44.85 g; Sól: 10.91 g; Sód: 4341.89 mg;	Wartość energetyczna: 2282.32 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 82.62 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 330.74 g; W tym cukry: 28.52 g; Błonnik pok.: 44.85 g; Sól: 10.91 g; Sód: 4341.89 mg;	Wartość energetyczna: 2202.53 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 82.62 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 330.74 g; W tym cukry: 28.52 g; Błonnik pok.: 44.85 g; Sól: 10.91 g; Sód: 4341.89 mg;	Wartość energetyczna: 2069.02 kcal; Białko ogółem: 106.98 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 13.05 g; Węglowodany ogółem: 301.05 g; W tym cukry: 62.86 g; Błonnik pok.: 53.28 g; Sól: 13.04 g; Sód: 5199.36 mg;	Wartość energetyczna: 1988.74 kcal; Białko ogółem: 86.79 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; Węglowodany ogółem: 287.16 g; W tym cukry: 30.23 g; Błonnik pok.: 43.08 g; Sól: 8.58 g; Sód: 3407.17 mg;	Wartość energetyczna: 1749.13 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 241.05 g; W tym cukry: 29.21 g; Błonnik pok.: 35.70 g; Sól: 8.92 g; Sód: 3552.33 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 Ubogonegetyczna	
2028-10-11 niedziela	Sniadanie	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>) Szynka zapiekana w pieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z 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 duża krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1szt Szynka zapiekana w pieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna duża krojona 110g (<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, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Buraczki gotowane 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 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, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Papryka świeża 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 Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna duża krojona 110 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, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Buraczki gotowane 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Papryka świeża 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 razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) 100 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, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Papryka świeża 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>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	II SN			Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 50 g				
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wierzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kluski śląskie* 180 g (<u>JAJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wierzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kluski śląskie* 180 g (<u>JAJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml		Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wierzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wierzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wierzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wierzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wierzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wierzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wierzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 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>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>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 Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>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 Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna duża krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tłt. 10 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wierzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Rzepa biała 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 Rzepa biała 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 lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wierzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wierzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Rzepa biała 50 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2413.70 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 86.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 330.27 g; W tym cukry: 70.20 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 8.56 g; Sód: 3417.58 mg.	Wartość energetyczna: 2421.77 kcal; Białko ogółem: 110.59 g; Tłuszcz: 82.73 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 325.72 g; W tym cukry: 68.08 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 8.63 g; Sód: 3444.76 mg.	Wartość energetyczna: 2429.87 kcal; Białko ogółem: 112.25 g; Tłuszcz: 82.48 g; Kw. tł. nasy.: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 325.64 g; W tym cukry: 66.71 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 8.26 g; Sód: 3297.96 mg.	Wartość energetyczna: 2736.71 kcal; Białko ogółem: 128.27 g; Tłuszcz: 91.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 368.47 g; W tym cukry: 77.21 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 9.78 g; Sód: 3911.42 mg.	Wartość energetyczna: 2402.54 kcal; Białko ogółem: 121.28 g; Tłuszcz: 91.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 317.70 g; W tym cukry: 52.95 g; Błonnik pok.: 44.23 g; Sól: 8.71 g; Sód: 3462.59 mg.	Wartość energetyczna: 2196.57 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 74.53 g; Kw. tł. nasy.: 17.55 g; Węglowodany ogółem: 314.97 g; W tym cukry: 34.54 g; Błonnik pok.: 45.17 g; Sól: 8.75 g; Sód: 3477.40 mg.	Wartość energetyczna: 2398.56 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 325.16 g; W tym cukry: 44.52 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 10.38 g; Sód: 4134.78 mg.	Wartość energetyczna: 2311.00 kcal; Białko ogółem: 133.60 g; Tłuszcz: 72.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 308.62 g; W tym cukry: 64.31 g; Błonnik pok.: 56.01 g; Sól: 9.31 g; Sód: 3707.33 mg.	Wartość energetyczna: 2152.57 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz: 75.54 g; Kw. tł. nasy.: 21.48 g; Węglowodany ogółem: 297.82 g; W tym cukry: 71.68 g; Błonnik pok.: 36.93 g; Sól: 8.86 g; Sód: 3328.65 mg.	Wartość energetyczna: 1731.89 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 63.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 227.60 g; W tym cukry: 49.91 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 6.27 g; Sód: 2501.72 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
2026-09-28 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkami białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) 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 Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Mielony schab z marchewką 50 g Brokuł gotowany* 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORŻ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 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>) 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 SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g							
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 50 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron (bez soli) 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 180 g (<u>MLE,</u>) Mięso drobiowe mielone w sosie w/ 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ,</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (<u>SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>)							
	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>) Kanapkowa schabowa- kielbasa wp. gruborozdrob 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GOR,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa 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>) Schab gotowany (bez soli) 50 g Sałatka z pomidorów i koperku (bez soli) 150 g Sałatka zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (<u>SOJ,</u>) Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORŻ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>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>) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Sałatka zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	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 Jabko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2717.90 kcal; Białko ogółem: 115.00 g; Tłuszcz: 80.53 g; Kw. tł. nasy.: 38.40 g; Węglowodany ogółem: 403.84 g; W tym cukry: 88.65 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 11.44 g; Sód: 4566.73 mg;	Wartość energetyczna: 1762.66 kcal; Białko ogółem: 60.98 g; Tłuszcz: 45.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.54 g; Węglowodany ogółem: 292.53 g; W tym cukry: 43.01 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 8.78 g; Sód: 3509.69 mg;	Wartość energetyczna: 2373.08 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nasy.: 32.09 g; Węglowodany ogółem: 353.66 g; W tym cukry: 98.39 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 5.28 g; Sód: 2097.82 mg;	Wartość energetyczna: 2182.85 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 288.30 g; W tym cukry: 53.14 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 9.20 g; Sód: 3669.95 mg;	Wartość energetyczna: 2078.11 kcal; Białko ogółem: 87.05 g; Tłuszcz: 67.70 g; Kw. tł. nasy.: 14.40 g; Węglowodany ogółem: 298.74 g; W tym cukry: 26.82 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 8.92 g; Sód: 3562.75 mg;	Wartość energetyczna: 2071.25 kcal; Białko ogółem: 89.43 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 258.82 g; W tym cukry: 43.54 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 5.22 g; Sód: 2072.86 mg;	Wartość energetyczna: 2577.28 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 86.25 g; Kw. tł. nasy.: 41.26 g; Węglowodany ogółem: 364.16 g; W tym cukry: 86.17 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 8.37 g; Sód: 3342.63 mg;	Wartość energetyczna: 1933.04 kcal; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 43.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.80 g; Węglowodany ogółem: 296.94 g; W tym cukry: 61.04 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 5.52 g; Sód: 2193.24 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
2026-09-29 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE,) Banan 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Banan 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka 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,) Twarożek 100 g (MLE,) Banan 150 g Salata 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,) Twarożek 100 g (MLE,) Jabłko pieczone 150 g Salata lodowa 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 Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Banan 150 g Salata 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,) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE,) Banan 150 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka 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,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Banan 150 g Salata lodowa 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 ekspresowa b/c 300 ml
	II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g							
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryz na sypko 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL,) Buraczki gotowane b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,) Kopytka ziemniaczane * 300 g (GLUPSZ, JAJ,) Buraczki gotowane b/c 100 g Bukiet jarz gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez soli)* 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Ryz na sypko (bez soli) 180 g Hache wieprzowo-warzywne* (bez soli) 180 g (SEL,) Buraczki gotowane (bez soli) 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE,) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (GLUPSZ,) Buraczki gotowane b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL,) Ryz na sypko 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL,) Buraczki gotowane b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL,) Ryz na sypko 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL,) Buraczki gotowane b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryz na sypko 180 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 180 g (GLU PSZ, SEL,) Surowka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryz na sypko 180 g Hache wieprzowo-warzywne* 180 g (SEL,) Buraczki gotowane b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Biszkopty 30 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,)							
	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,) Galaretką drobiowa z uddcem 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,) Schab Benedyktynski wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ,) 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 wędlin wieprzowej 50 g (SOJ,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretką drobiowa z uddcem 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g 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,) Hummus z ciecierzycy 100 g Surowka z rzodkwi i czarnuszki 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 Schab gotowany 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g
		Wartość energetyczna: 2576.33 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 75.88 g; Kw. tł. nasy.: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 387.16 g; W tym cukry: 87.13 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 7.56 g; Sód: 3018.15 mg;	Wartość energetyczna: 2120.85 kcal; Białko ogółem: 63.26 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 361.81 g; W tym cukry: 57.73 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sól: 6.59 g; Sód: 2625.45 mg;	Wartość energetyczna: 2239.03 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 289.74 g; W tym cukry: 61.23 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 6.15 g; Sód: 2459.69 mg;	Wartość energetyczna: 2147.38 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 343.83 g; W tym cukry: 57.90 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 8.66 g; Sód: 3456.24 mg;	Wartość energetyczna: 2185.61 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 308.99 g; W tym cukry: 74.05 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sól: 3.40 g; Sód: 1352.24 mg;	Wartość energetyczna: 2133.26 kcal; Białko ogółem: 78.82 g; Tłuszcz: 74.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 352.39 g; W tym cukry: 62.19 g; Błonnik pok.: 33.61 g; Sól: 6.02 g; Sód: 2405.43 mg;	Wartość energetyczna: 2333.76 kcal; Białko ogółem: 80.20 g; Tłuszcz: 74.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 352.39 g; W tym cukry: 62.19 g; Błonnik pok.: 33.61 g; Sól: 6.02 g; Sód: 2405.43 mg;	Wartość energetyczna: 2242.10 kcal; Białko ogółem: 105.43 g; Tłuszcz: 63.04 g; Kw. tł. nasy.: 17.53 g; Węglowodany ogółem: 330.08 g; W tym cukry: 48.46 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 5.16 g; Sód: 2059.73 mg;

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.25.12.30
Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_wierszach.fr3

		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
2026-10-01 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 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.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Drynja z wody 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Drynja z wody 100 g 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (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 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 Drynja z wody 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)							
	Obiad	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 300 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez soli) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wp i warzywami (bez soli)* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy (bez soli) 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mieszko wieprzowne mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka, glutenu) 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Marchew gotowana z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)
	PD	Biszkopty 30 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)							
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.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, 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 szkolna- wp. parzona 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, 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.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Psta z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) 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 ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, 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.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
PN	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbiojnika wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbiojnika wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny wieprzowej 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Marchew gotowana z olejem* 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 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	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 30 g		
	Wartość energetyczna: 2598.54 kcal; Białko ogółem: 116.39 g; Tłuszcz: 79.33 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 376.82 g; W tym cukry: 97.29 g; Błonnik pok.: 32.79 g; Sól: 7.50 g; Sód: 3005.53 mg;	Wartość energetyczna: 2165.23 kcal; Białko ogółem: 60.69 g; Tłuszcz: 48.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.68 g; Węglowodany ogółem: 387.01 g; W tym cukry: 53.72 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 11.51 g; Sód: 4608.31 mg;	Wartość energetyczna: 2532.95 kcal; Białko ogółem: 116.58 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 367.89 g; W tym cukry: 78.23 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 5.10 g; Sód: 2044.65 mg;	Wartość energetyczna: 2517.55 kcal; Białko ogółem: 112.66 g; Tłuszcz: 91.11 g; Kw. tł. nasy.: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 326.41 g; W tym cukry: 56.75 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 8.32 g; Sód: 3325.25 mg;	Wartość energetyczna: 2303.12 kcal; Białko ogółem: 87.75 g; Tłuszcz: 72.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.44 g; Węglowodany ogółem: 348.26 g; W tym cukry: 56.20 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sól: 8.23 g; Sód: 3284.23 mg;	Wartość energetyczna: 2186.34 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 65.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 299.61 g; W tym cukry: 69.49 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 3.03 g; Sód: 1205.42 mg;	Wartość energetyczna: 2548.25 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 369.99 g; W tym cukry: 80.11 g; Błonnik pok.: 37.59 g; Sól: 8.40 g; Sód: 3367.16 mg;	Wartość energetyczna: 2131.19 kcal; Białko ogółem: 118.25 g; Tłuszcz: 62.36 g; Kw. tł. nasy.: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 290.39 g; W tym cukry: 30.03 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 6.32 g; Sód: 2505.32 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
2026-10-02 Piątek	Śniadanie Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pasta z brokula * 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Salata zielona 10 g Pasta z brokula * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pasta z brokula * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z wędliny drobiowej 50 g Pasta z brokula * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	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 Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Pasta z brokula * 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORŻ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pasta z brokula * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna 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,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pasta z brokula * 100 g Salata zielona 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 Pasta z brokula * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,)							
	Obiad Szpinalkowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinalkowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Pierogi z truskawkami * 300 g (GLU PSZ,) Mus z jabłek prażonych 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinalkowa z zacierką *(bez soli) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g (MLE,) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy (bez soli) 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kalafor gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z zielonych warzyw 400 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE,) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinalkowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinalkowa z ziemniakami *(bez mleka glutenu) 400 ml (SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy (bez glutenu) 80 ml (MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinalkowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)							
	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,) Pomidor 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 o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 50 g (MLE,) Pomidor 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,) Twarożek 100 g (MLE,) Pomidor 100 g Mix salat 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,) 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 Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Mix salat 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,) 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,) Twarożek 100 g (MLE,) Ogórek świeży 30 g Mix salat 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 Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 30 g (SOJ,)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z wędliny wieprzowej 30 g (SOJ,) Buraczki gotowane 50 g	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 15 g Schab gotowany 30 g
	Wartość energetyczna: 2440.49 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 315.14 g; W tym cukry: 61.41 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 8.16 g; Sód: 3254.58 mg;	Wartość energetyczna: 2332.72 kcal; Białko ogółem: 69.07 g; Tłuszcz: 60.19 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 332.52 g; W tym cukry: 58.37 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 6.62 g; Sód: 2642.64 mg;	Wartość energetyczna: 2066.01 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 69.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 277.12 g; W tym cukry: 54.70 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 5.72 g; Sód: 2285.62 mg;	Wartość energetyczna: 2351.52 kcal; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 83.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; W tym cukry: 63.71 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 8.18 g; Sód: 3234.64 mg;	Wartość energetyczna: 1869.53 kcal; Białko ogółem: 84.66 g; Tłuszcz: 59.65 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 265.24 g; W tym cukry: 39.03 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 7.72 g; Sód: 3064.71 mg;	Wartość energetyczna: 2021.74 kcal; Białko ogółem: 82.64 g; Tłuszcz: 75.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 267.60 g; W tym cukry: 53.07 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 4.18 g; Sód: 1657.10 mg;	Wartość energetyczna: 2129.18 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 75.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 278.40 g; W tym cukry: 54.68 g; Błonnik pok.: 23.15 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2805.10 mg;	Wartość energetyczna: 2214.27 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 69.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; W tym cukry: 40.62 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 6.74 g; Sód: 2673.31 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
2026-10-03 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ., SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 40 g (SOJ., SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany (bez soli) 50 g Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wedliny drobiowej 50 g (SOJ., SEL.) 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 Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.) Cukier 5 g	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 Cukier 5 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE.)							
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Knedle z truskawkami * 300 g (GLU, PSZ.) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez soli)* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 100 g Sos pietruszkowy (bez soli)* 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) 100 g Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Mięso wieprzowe mielone w sosie w 100 g (GLU, PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL.) Knedle z truskawkami * 300 g (GLU, PSZ.) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)							
	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 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 Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (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 zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wedliny wieprzowej 50 g (SOJ.) Buraczki gotowane 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 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 bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z soczewicy* 100 g (JAJ.) Sałata wiosenna - diety 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Buraczki gotowane 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) pasta z wedliny drobiowej 30 g (SOJ., SEL.) Kalafior gotowany* 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 50 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g	
		Wartość energetyczna: 2411.78 kcal; Białko ogółem: 134.40 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 338.12 g; W tym cukry: 80.24 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 9.47 g; Sód: 3784.96 mg;	Wartość energetyczna: 1905.78 kcal; Białko ogółem: 44.65 g; Tłuszcz: 38.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 363.87 g; W tym cukry: 48.55 g; Błonnik pok.: 18.69 g; Sól: 9.09 g; Sód: 3638.58 mg;	Wartość energetyczna: 1975.03 kcal; Białko ogółem: 122.93 g; Tłuszcz: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 282.35 g; W tym cukry: 59.90 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 4.32 g; Sód: 1727.85 mg;	Wartość energetyczna: 2196.78 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 69.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 306.70 g; W tym cukry: 50.32 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sól: 8.04 g; Sód: 3540.86 mg;	Wartość energetyczna: 1945.99 kcal; Białko ogółem: 99.79 g; Tłuszcz: 45.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.30 g; Węglowodany ogółem: 304.55 g; W tym cukry: 47.08 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sól: 7.77 g; Sód: 3094.94 mg;	Wartość energetyczna: 2048.75 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 293.69 g; W tym cukry: 56.24 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 2.65 g; Sód: 1049.51 mg;	Wartość energetyczna: 2729.12 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 86.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.61 g; Węglowodany ogółem: 402.43 g; W tym cukry: 73.36 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sól: 6.92 g; Sód: 2781.77 mg;	Wartość energetyczna: 1951.00 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 42.26 g; Kw. tł. nasy.: 11.75 g; Węglowodany ogółem: 293.83 g; W tym cukry: 42.35 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 5.75 g; Sód: 2291.49 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
2026-10-04 niedziela	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE , Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 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 , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE , Bulka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE , Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z wędliny drobiowej 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 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 , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE , Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORŻ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Filet z kurczaka gotowany 50 g 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 , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Paszтет z ciecierzycy 100 g (JAJ , Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL , Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)							
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE , Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL , Kluski śląskie* 300 g (JAJ , Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE , Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k w/ 100 g (GLU PSZ , Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE , Mieso drobiowe mielone w sosie w/ 100 g (GLU PSZ , Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ , Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 80 ml Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlety sojowe panierowane 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* [Por] x 100 g (SEL ,)
	PD	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 ,)							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE , Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Łopatką zbiońnicowa wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR , 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 , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE , Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Twarożek 100 g (MLE , Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 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 , Pasta z twarogu waniliowa 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 , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE , Papryka świeża 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Masło extra 82% 15 g bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twaróg półtłusty 100 g (MLE , Cukinia pieczona z olejem 100 g
PN		Chalka 50g (GLU PSZ, JAJ, MLE ,)			Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 5 g (MLE , Pasta z wędliny wieprzowej 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02 , Buraczki gotowane plasty 50 g	Wafle ryżowe 30 g		Chalka 50g (GLU PSZ, JAJ, MLE ,)	
		Wartość energetyczna: 2337.77 kcal; Białko ogółem: 120.09 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 326.36 g; W tym cukry: 49.82 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 8.76 g; Sód: 3495.41 mg.	Wartość energetyczna: 2013.09 kcal; Białko ogółem: 56.95 g; Tłuszcz: 55.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 328.71 g; W tym cukry: 28.48 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 6.96 g; Sód: 2785.82 mg;	Wartość energetyczna: 2048.10 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 57.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 292.91 g; W tym cukry: 46.15 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 4.36 g; Sód: 1738.78 mg;	Wartość energetyczna: 2238.49 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 74.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 303.16 g; W tym cukry: 45.59 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sól: 7.67 g; Sód: 3144.55 mg;	Wartość energetyczna: 1820.95 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 47.70 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 275.43 g; W tym cukry: 22.89 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sól: 7.91 g; Sód: 3147.65 mg;	Wartość energetyczna: 1928.56 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 347.86 g; W tym cukry: 38.34 g; Błonnik pok.: 26.98 g; Sól: 2.81 g; Sód: 1104.91 mg;	Wartość energetyczna: 2404.21 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 80.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 284.42 g; W tym cukry: 49.16 g; Błonnik pok.: 38.16 g; Sól: 5.56 g; Sód: 2224.02 mg;	Wartość energetyczna: 2016.43 kcal; Białko ogółem: 104.15 g; Tłuszcz: 58.49 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; Węglowodany ogółem: 338.42 g; W tym cukry: 33.84 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 5.79 g; Sód: 2306.71 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
2026-10-05 poniedziałek	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.) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Buraczki z jabłkiem b/c 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 mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (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 Buraczki z jabłkiem b/c b/s 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny drobiowej 50 g (SOJ, SEL.) Dymia z wody 100 g 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 Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Salata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	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/ml 100 g Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Kawka zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 15 g	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 Dymia z wody 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)							
	Obiad	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porceczkowy* 60 g (MLE.)	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka, glutenu) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Kluski leniwe z serem 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez soli) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porceczkowy* 60 g (MLE.)	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mieiso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka, glutenu) 400 ml (SEL.) Pulpet mięsno-warzynny* (wieprzowy) 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka, glutenu) 400 ml (SEL.) Pulpet mięsno-warzynny* (wieprzowy) b/gł 100 g (JAJ, SEL.) Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Ryż na sypko 180 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-porceczkowy* 60 g (MLE.)	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ryż na sypko 180 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g							
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (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.) Mix салат 10 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Mix салат 10 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.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Mix салат 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Buraczki gotowane 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (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 Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Mix салат 10 g Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Mix салат 10 g Pomidor 100 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.) Mix салат 10 g Ogórek świeży 100 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Buraczki gotowane 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)				Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2771.60 kcal; Białko ogółem: 113.24 g; Tłuszcz: 91.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.80 g; Węglowodany ogółem: 393.92 g; W tym cukry: 92.75 g; Błonnik pok.: 33.57 g; Sól: 7.59 g; Sód: 3038.71 mg.	Wartość energetyczna: 1967.82 kcal; Białko ogółem: 66.24 g; Tłuszcz: 62.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 306.14 g; W tym cukry: 53.90 g; Błonnik pok.: 30.30 g; Sól: 6.45 g; Sód: 2584.55 mg;	Wartość energetyczna: 2541.17 kcal; Białko ogółem: 105.41 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kw. tł. nasy.: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 365.80 g; W tym cukry: 86.17 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 6.58 g; Sód: 2637.62 mg.	Wartość energetyczna: 2137.18 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 72.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 282.62 g; W tym cukry: 55.22 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sól: 6.58 g; Sód: 3168.50 mg;	Wartość energetyczna: 2099.53 kcal; Białko ogółem: 84.91 g; Tłuszcz: 67.66 g; Kw. tł. nasy.: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 305.55 g; W tym cukry: 44.09 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 6.17 g; Sód: 2454.34 mg;	Wartość energetyczna: 2112.45 kcal; Białko ogółem: 80.12 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 286.96 g; W tym cukry: 55.43 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sól: 2.87 g; Sód: 1134.29 mg;	Wartość energetyczna: 2623.02 kcal; Białko ogółem: 92.03 g; Tłuszcz: 89.26 g; Kw. tł. nasy.: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 395.12 g; W tym cukry: 104.10 g; Błonnik pok.: 42.43 g; Sól: 7.80 g; Sód: 3120.47 mg;	Wartość energetyczna: 2037.12 kcal; Białko ogółem: 106.20 g; Tłuszcz: 46.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.60 g; Węglowodany ogółem: 310.00 g; W tym cukry: 63.03 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sól: 5.15 g; Sód: 2054.20 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 Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
2026-10-06 wtorek	Sniadanie Makaron 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.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 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.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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.) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z szynki wieprzowej 50 g (SOJ.) Marchew gotowana 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 Schab gotowany 50 g 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	Makaron 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.) Hummus z ciecierzycy. 100 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 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.) Schab gotowany 50 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Hummus 30 g (SEZ.) Sałata zielona 5 g							
	Obiad Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kłuski śląskie* 300 g (JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez soli) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska drobiowa (bez soli) 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy (bez soli) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g Szpinak gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe mielone w sosie w/ 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL.) Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surowka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)								
Kolacja Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	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.) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 80g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 110g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	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 Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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.) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt							
	Wartość energetyczna: 2702.15 kcal; Białko ogółem: 111.80 g; Tłuszcz: 82.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 408.23 g; W tym cukry: 51.92 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 8.91 g; Sód: 3554.35 mg;	Wartość energetyczna: 2142.01 kcal; Białko ogółem: 63.06 g; Tłuszcz: 62.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 353.06 g; W tym cukry: 27.75 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sól: 6.03 g; Sód: 2406.52 mg;	Wartość energetyczna: 2139.18 kcal; Białko ogółem: 108.27 g; Tłuszcz: 58.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 311.92 g; W tym cukry: 43.53 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1778.53 mg;	Wartość energetyczna: 2151.81 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 72.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 292.55 g; W tym cukry: 46.90 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sól: 7.25 g; Sód: 2890.77 mg;	Wartość energetyczna: 2144.33 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 56.58 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; Węglowodany ogółem: 335.19 g; W tym cukry: 25.36 g; Błonnik pok.: 32.13 g; Sól: 6.12 g; Sód: 2429.66 mg;	Wartość energetyczna: 2026.13 kcal; Białko ogółem: 89.96 g; Tłuszcz: 72.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 268.34 g; W tym cukry: 43.73 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 3.37 g; Sód: 1332.02 mg;	Wartość energetyczna: 2528.26 kcal; Białko ogółem: 91.30 g; Tłuszcz: 85.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 370.21 g; W tym cukry: 51.75 g; Błonnik pok.: 49.82 g; Sól: 5.68 g; Sód: 2258.76 mg;	Wartość energetyczna: 2153.50 kcal; Białko ogółem: 113.98 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 313.01 g; W tym cukry: 35.47 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sól: 6.05 g; Sód: 2397.07 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
2026-10-07 Środa	Śniadanie	Ryż namleku 300 ml (MLE , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL , GOR , Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż namleku 300 ml (MLE , Bulka 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 Salata zielona 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 wieprzowej 50 g (SOJ, może zawierać: GLU , PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR , Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL , Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż namleku 300 ml (MLE , Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Schab gotowany 50 g Pomidor 100 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 , Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Ser żółty 50 g (MLE , Rzodkiew biała 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 Schab gotowany 50 g Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,)							
	Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ , Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL , Kopytka ziemniaczane * 300 g (GLU PSZ, JAJ , Sos bazyliowy* 80 ml(GLU PSZ, SEL , Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ , Kopioryt ziemniaczane * 300 g (GLU PSZ, JAJ , Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* (bez soli) 400 ml (GLU PSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 100 g (GLU PSZ , Sos bazyliowy (bez soli)* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ , Dymia duszona z marchewką * (bez soli) 200 g (GLU PSZ , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ , Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ , Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml (SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ , Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL , Pieczeni ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ , Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , Salata zielona z kefirem 60 g (MLE , Dymia duszona z marchewką * 100 g (GLU PSZ , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL , Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymia duszona z marchewką * 200 g (GLU PSZ , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 5 g (MLE , Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobiona, wędzona, parzona 30 g							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE , Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE , Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Twarożek 100 g (MLE , Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Twarożek 100 g (MLE , Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Mix sałat 10 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE , Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE , Banan 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE , Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE ,)	Bulka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE ,)	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE ,)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb bezglutenowy 50 g (SEZ, może zawierać: ORZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE ,)	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g
		Wartość energetyczna: 2384.70 kcal; Białko ogółem: 120.97 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.25 g; Węglowodany ogółem: 360.58 g; W tym cukry: 78.60 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 7.80 g; Sód: 3117.80 mg;	Wartość energetyczna: 2309.51 kcal; Białko ogółem: 65.40 g; Tłuszcz: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 399.74 g; W tym cukry: 48.05 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sól: 5.01 g; Sód: 2000.85 mg;	Wartość energetyczna: 2173.09 kcal; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz: 52.08 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 328.36 g; W tym cukry: 73.98 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 4.06 g; Sód: 1625.26 mg;	Wartość energetyczna: 2222.54 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 63.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 326.98 g; W tym cukry: 77.46 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 5.98 g; Sód: 2393.52 mg;	Wartość energetyczna: 2053.64 kcal; Białko ogółem: 104.53 g; Tłuszcz: 43.77 g; Kw. tł. nasy.: 12.09 g; Węglowodany ogółem: 330.22 g; W tym cukry: 49.81 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 7.68 g; Sód: 3054.41 mg;	Wartość energetyczna: 2116.46 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 61.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 308.95 g; W tym cukry: 62.74 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sól: 3.30 g; Sód: 1301.44 mg;	Wartość energetyczna: 2427.21 kcal; Białko ogółem: 83.76 g; Tłuszcz: 94.31 g; Kw. tł. nasy.: 39.31 g; Węglowodany ogółem: 339.42 g; W tym cukry: 78.37 g; Błonnik pok.: 32.70 g; Sól: 6.07 g; Sód: 2430.45 mg;	Wartość energetyczna: 2210.48 kcal; Białko ogółem: 117.43 g; Tłuszcz: 49.84 g; Kw. tł. nasy.: 14.66 g; Węglowodany ogółem: 337.89 g; W tym cukry: 59.02 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 5.33 g; Sód: 2126.61 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
2026-10-08 czwartek	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 , Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL , Pomidor 100 g 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 , 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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 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 , Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g 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 110 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z wędliny drobiowej 50 g (SOJ, SEL , Pasta warzywna* 100 g (SEL , Kawa zbożowa z 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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORŻ , 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 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 , Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE , Salata zielona 10 g Ogórek świeży 100 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 Filet z kurczaka gotowany 50 g Pasta warzywna* 100 g (SEL , 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 , Twarożek 50 g (MLE ,)							
	Obiad Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Makaron 200 g (GLU PSZ , Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL , Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL , Makaron z warzywami * 300 g (GLU PSZ, SEL , Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL , Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * bez soli 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Makaron (bez soli) 200 g (GLU PSZ , Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) (bez soli) 180 g (GLU PSZ, SEL , Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE , Mięso wiewprzowe mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ , Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL , Makaron 200 g (GLU PSZ , Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) 180 g (GLU PSZ, SEL , Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wiewprzowego) bez glutenu 150 g (SEL , Brokuł gotowany* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE , Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 100 g (SEL , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL , Łopatka wiewprzowa pieczona 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 5 g (MLE , Łopatka zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,)							
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 , Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ , Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ , Pomidor 100 g 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 , Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Pasta z wędliny wiewprzowej 50 g (SOJ , Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (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 i marchewki 100 g (SOJ , Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORŻ , Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ , Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Masło extra 82% 15 g (MLE , Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ , Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	
PN	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ ,)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ ,)	
	Wartość energetyczna: 2906.90 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 84.62 g; Kw. tł. nasy.: 37.20 g; Węglowodany ogółem: 404.11 g; W tym cukry: 55.53 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 11.05 g; Sód: 4419.05 mg;	Wartość energetyczna: 1913.48 kcal; Białko ogółem: 59.00 g; Tłuszcz: 41.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 314.68 g; W tym cukry: 30.60 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 6.60 g; Sód: 2638.22 mg;	Wartość energetyczna: 2536.45 kcal; Białko ogółem: 116.52 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 323.16 g; W tym cukry: 52.79 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 4.62 g; Sód: 1844.06 mg;	Wartość energetyczna: 2353.97 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 77.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 323.24 g; W tym cukry: 79.70 g; Błonnik pok.: 23.68 g; Sól: 7.01 g; Sód: 3338.83 mg;	Wartość energetyczna: 2004.50 kcal; Białko ogółem: 76.54 g; Tłuszcz: 59.44 g; Kw. tł. nasy.: 13.05 g; Węglowodany ogółem: 308.52 g; W tym cukry: 44.21 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2669.91 mg;	Wartość energetyczna: 1926.99 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 270.89 g; W tym cukry: 56.97 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 4.09 g; Sód: 1627.19 mg;	Wartość energetyczna: 2660.44 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 101.75 g; Kw. tł. nasy.: 54.59 g; Węglowodany ogółem: 343.72 g; W tym cukry: 56.53 g; Błonnik pok.: 33.36 g; Sól: 8.28 g; Sód: 3508.62 mg;	Wartość energetyczna: 2257.00 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 59.62 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 304.32 g; W tym cukry: 42.60 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 6.11 g; Sód: 2437.29 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
2026-10-09 piątek	Sniadanie Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Banan 150 g Salata zielona 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 Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Cukier 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)							
	Obiad Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos majerankowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>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	Kalafiorowa z ryżem (bez soli)* 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) (bez soli) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos majerankowy* (bez soli) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Warzywa po grecku* (bez soli) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos majerankowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 180 g (<u>MLE,</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos majerankowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 80 g (<u>JAJ, RYB,</u>) Sos majerankowy* (bez glutenu) 80 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c (l) 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos majerankowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)
	PD Biszkopty 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>)							
	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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Mix салат 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Mix салат 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Mix салат 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Mix салат 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Mix салат 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2276.09 kcal; Białko ogółem: 100.31 g; Tłuszcz: 63.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.15 g; Węglowodany ogółem: 350.46 g; W tym cukry: 80.83 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sól: 5.83 g; Sód: 2325.63 mg;	Wartość energetyczna: 1977.65 kcal; Białko ogółem: 59.11 g; Tłuszcz: 50.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; Węglowodany ogółem: 337.94 g; W tym cukry: 54.24 g; Błonnik pok.: 22.60 g; Sól: 7.46 g; Sód: 2984.84 mg;	Wartość energetyczna: 2101.60 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 59.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 309.13 g; W tym cukry: 70.58 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1886.97 mg;	Wartość energetyczna: 2155.01 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Tłuszcz: 66.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 299.23 g; W tym cukry: 57.90 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 5.58 g; Sód: 2228.41 mg;	Wartość energetyczna: 1879.69 kcal; Białko ogółem: 74.86 g; Tłuszcz: 47.93 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; Węglowodany ogółem: 287.19 g; W tym cukry: 55.74 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 9.38 g; Sód: 3737.80 mg;	Wartość energetyczna: 1972.83 kcal; Białko ogółem: 74.29 g; Tłuszcz: 64.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 287.19 g; W tym cukry: 64.07 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 2.91 g; Sód: 1152.79 mg;	Wartość energetyczna: 2015.45 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 61.43 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 296.80 g; W tym cukry: 66.31 g; Błonnik pok.: 29.27 g; Sól: 6.54 g; Sód: 2609.43 mg;	Wartość energetyczna: 2045.60 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 47.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.16 g; Węglowodany ogółem: 335.94 g; W tym cukry: 82.61 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sól: 5.30 g; Sód: 2113.71 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
2026-10-10 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, SEL,) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE,)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 110 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 Sałata lodowa 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 ZYT,) 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 50 g (SOJ, SEL,) Brokuł gotowany* 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 ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 g 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 Pomidor 100 g Sałata lodowa 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 ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Kalarepa 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE,)	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 Brokuł gotowany* 100 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)							
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU, JECZ,) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g (GLU, JECZ,) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s (bez soli) 100 g Sos koperkowy *(bez soli) 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Buraczki gotowane (bez soli) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 w/ 100 g (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE,) Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU, JECZ,) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (MLE,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU, JECZ,) Gulasz z soczewicy i papryki (180 g (GLU PSZ, SEL,) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Buraczki gotowane 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 30 g (SOJ,)							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ,) 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 ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z szynki wieprzowej 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ,) Dymna z wody 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 ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka wieprzowa gotowana plasty 50 g Dymna z wody 100 g Herbata czarna ekspresowa 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 Szynka wieprzowa gotowana plasty 50 g Dymna z wody 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ,) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab gotowany (bez soli) 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab gotowany (bez soli) 30 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta z wędliny wieprzowej 30 g (SOJ,) Marchew gotowana z olejem* 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ,) 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR,) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g
		Wartość energetyczna: 2645.43 kcal; Białko ogółem: 126.24 g; Tłuszcz: 84.64 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 365.84 g; W tym cukry: 63.84 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 12.11 g; Sód: 4832.68 mg;	Wartość energetyczna: 1889.77 kcal; Białko ogółem: 59.81 g; Tłuszcz: 50.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 314.08 g; W tym cukry: 28.33 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sól: 9.19 g; Sód: 3671.77 mg;	Wartość energetyczna: 2223.89 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 308.79 g; W tym cukry: 49.47 g; Błonnik pok.: 26.94 g; Sól: 5.57 g; Sód: 2220.56 mg;	Wartość energetyczna: 2247.14 kcal; Białko ogółem: 104.51 g; Tłuszcz: 72.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.65 g; Węglowodany ogółem: 308.79 g; W tym cukry: 49.47 g; Błonnik pok.: 25.15 g; Sól: 8.36 g; Sód: 3873.83 mg;	Wartość energetyczna: 1962.51 kcal; Białko ogółem: 90.35 g; Tłuszcz: 54.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 297.76 g; W tym cukry: 27.59 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 9.13 g; Sód: 3642.63 mg;	Wartość energetyczna: 2141.31 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 74.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 315.68 g; W tym cukry: 43.84 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sól: 2.79 g; Sód: 1100.23 mg;	Wartość energetyczna: 2836.11 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; Tłuszcz: 114.06 g; Kw. tł. nasy.: 43.04 g; Węglowodany ogółem: 382.64 g; W tym cukry: 64.39 g; Błonnik pok.: 41.01 g; Sól: 9.13 g; Sód: 3651.21 mg;	Wartość energetyczna: 2182.26 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.30 g; Węglowodany ogółem: 315.50 g; W tym cukry: 65.18 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 6.08 g; Sód: 2422.09 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
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wierzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, JECZ,</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 110g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wierzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 110g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z wędliny wierzowej 50 g (<u>SOJ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Buraczki gotowane 100 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 mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORŻ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 100 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>) Bułka pszenna długa krojona 110g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 50 g							
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wierzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kluski śląskie* 180 g (<u>JAJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 300 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli)* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany (bez soli) 100 g Sos pieczeniowy b/soli 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa krem z pomidorów +. 400 g (<u>SEL,</u>) Mięso wierzowe mielone w sosie w 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane puree 180 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szarpana wierzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kluski śląskie* 180 g (<u>JAJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos pieczeniowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 300 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Szarpana wierzowina (szynka wp) 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)							
	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>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORŻ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka gotowany 30 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g
		Wartość energetyczna: 2744.48 kcal; Białko ogółem: 125.80 g; Tłuszcz: 95.49 g; Kw. tł. nasy.: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 365.13 g; W tym cukry: 72.95 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 9.71 g; Sód: 3874.40 mg.	Wartość energetyczna: 1761.64 kcal; Białko ogółem: 65.89 g; Tłuszcz: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 270.66 g; W tym cukry: 39.64 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 6.88 g; Sód: 2748.31 mg.	Wartość energetyczna: 2107.69 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 56.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 299.19 g; W tym cukry: 66.06 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 6.07 g; Sód: 2421.13 mg.	Wartość energetyczna: 2307.72 kcal; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 78.97 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 326.30 g; W tym cukry: 83.80 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 9.28 g; Sód: 3710.46 mg.	Wartość energetyczna: 2270.71 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 71.11 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 326.30 g; W tym cukry: 36.97 g; Błonnik pok.: 27.42 g; Sól: 8.19 g; Sód: 3265.83 mg.	Wartość energetyczna: 1947.28 kcal; Białko ogółem: 94.52 g; Tłuszcz: 61.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 267.78 g; W tym cukry: 55.45 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1892.58 mg.	Wartość energetyczna: 1886.36 kcal; Białko ogółem: 78.54 g; Tłuszcz: 62.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 271.45 g; W tym cukry: 62.11 g; Błonnik pok.: 29.07 g; Sól: 7.87 g; Sód: 3137.42 mg.	Wartość energetyczna: 2237.58 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.02 g; Węglowodany ogółem: 306.93 g; W tym cukry: 44.82 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 5.81 g; Sód: 2317.21 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,