

		W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza
2026-03-01 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiewka 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Rzodkiewka 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z napojem sojowym b/c 250 ml (SOJ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiewka 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Hummus 50 g (SEZ.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiewka 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II ŚN	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE.) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		Galaretką o smaku truskawkowym 200 g Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE.) Krakersy 30 g (GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ.) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Hummus 50 g (SEZ.) Pomidor 20 g	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 100 g (MLE.) Biszkopty b/ml 20 g (GLU PSZ, JAJ.)	Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE.) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa duszona 80 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa duszona 80 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka schabowa duszona (bez glutenu) 80 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 300 ml (SEL.) Bitka schabowa duszona (bez glutenu) 80 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa duszona 80 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa duszona 80 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa duszona 80 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD				Jabłko 150 g Wafle ryżowe 30 g Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Słupki z marchewki 20 g		Jabłko 150 g Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 10 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 10 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 50 g (MLE.) Dżem 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 20 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 10 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Jabłko 150 g				Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Jabłko 150 g	Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo truskawkowy* b/c 150 g (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2013.91 kcal; Białko ogółem: 93.87 g; Tłuszcz: 54.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.52 g; Węglowodany ogółem: 294.38 g; W tym cukry: 50.81 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 1938.01 kcal; Białko ogółem: 96.51 g; Tłuszcz: 50.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 278.17 g; W tym cukry: 43.37 g; Błonnik pok.: 15.93 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 1936.97 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 51.86 g; Kw. tł. nasy.: 12.58 g; Węglowodany ogółem: 276.43 g; W tym cukry: 33.24 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 1993.74 kcal; Białko ogółem: 92.55 g; Tłuszcz: 59.43 g; Kw. tł. nasy.: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 358.75 g; W tym cukry: 52.12 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sól: 2.36 g;	Wartość energetyczna: 2631.68 kcal; Białko ogółem: 113.52 g; Tłuszcz: 84.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.63 g; Węglowodany ogółem: 358.75 g; W tym cukry: 50.08 g; Błonnik pok.: 23.69 g; Sól: 11.41 g;	Wartość energetyczna: 1317.76 kcal; Białko ogółem: 69.40 g; Tłuszcz: 38.40 g; Kw. tł. nasy.: 10.29 g; Węglowodany ogółem: 176.70 g; W tym cukry: 38.16 g; Błonnik pok.: 10.78 g; Sól: 3.05 g;	Wartość energetyczna: 2812.68 kcal; Białko ogółem: 124.87 g; Tłuszcz: 78.23 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 407.72 g; W tym cukry: 59.03 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 10.62 g;

		W-wa- ŻIW 1 Podstawowa	W-wa- ŻIW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻIW ML Bezmleczna	W-wa- ŻIW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻIW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻIW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻIW Wysokokaloryczna /Odżywcza
2026-03-02 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na napoju sojowym 300 ml (SOJ, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Podpiłomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE.) Banan 150 g		Banan 150 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Banan 150 g	Podpiłomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE.) Jabłko 150 g Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Podpiłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Banan 150 g	Banan 150 g Podpiłomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE.)
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z truskawek* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 250 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Mus z truskawek* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 300 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 300 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 80 g (JAJ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 150 ml (MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Sos jogurtowy naturalny 50 g (MLE.) Mus z truskawek* 50 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z truskawek* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Sałata zielona 10 g						Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (RYB, MLE.) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 100 g (RYB, MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (RYB, MLE.) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (RYB, MLE.) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (RYB, MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 70 g	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (RYB, MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)	Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)	Kluski śląskie* 200 g (JAJ.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.)
		Wartość energetyczna: 2453.67 kcal; Białko ogółem: 100.62 g; Tłuszcz: 68.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 365.48 g; W tym cukry: 111.17 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2281.34 kcal; Białko ogółem: 96.85 g; Tłuszcz: 59.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 346.01 g; W tym cukry: 107.63 g; Błonnik pok.: 17.15 g; Sól: 7.57 g;	Wartość energetyczna: 1978.92 kcal; Białko ogółem: 78.94 g; Tłuszcz: 45.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.01 g; Węglowodany ogółem: 323.65 g; W tym cukry: 76.66 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2055.06 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 65.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.60 g; Węglowodany ogółem: 282.11 g; W tym cukry: 67.63 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 3.16 g;	Wartość energetyczna: 2460.37 kcal; Białko ogółem: 106.42 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 346.25 g; W tym cukry: 47.21 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 12.32 g;	Wartość energetyczna: 1321.06 kcal; Białko ogółem: 54.07 g; Tłuszcz: 36.62 g; Kw. tł. nasy.: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 198.57 g; W tym cukry: 71.42 g; Błonnik pok.: 10.41 g; Sól: 3.61 g;	Wartość energetyczna: 3077.38 kcal; Białko ogółem: 126.89 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kw. tł. nasy.: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 455.68 g; W tym cukry: 113.54 g; Błonnik pok.: 24.72 g; Sól: 9.78 g;

	W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza
2026-03-03 wtorek	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 300 ml (SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 70 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	II ŚN	II ŚN	II ŚN	II ŚN	II ŚN	II ŚN
	Galaretka jogurtowa o smaku cytrynowym 200 g (MLE) Wafle ryżowe 30 g	Galaretka jogurtowa o smaku cytrynowym 200 g Wafle ryżowe 30 g	Galaretka o smaku cytrynowym 200 g Wafle ryżowe 30 g	Galaretka jogurtowa o smaku cytrynowym 200 g (MLE) Wafle ryżowe 30 g	Galaretka jogurtowa o smaku cytrynowym 200 g (MLE) Wafle ryżowe 30 g (GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 30 g Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 20 g	Galaretka jogurtowa o smaku cytrynowym 100 g (MLE) Wafle ryżowe 20 g	Galaretka jogurtowa o smaku cytrynowym 200 g (MLE) Wafle ryżowe 30 g
	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ) Makaron 150 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ) Makaron 150 g (GLU PSZ) Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL, SO2.) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Makaron 150 g (GLU PSZ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez glutenu, bez mleka)* 300 ml (SEL) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ) Makaron pełnoziarnisty 150 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ) Makaron 80 g (GLU PSZ) Dynia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ) Makaron 150 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	PD	PD	PD	PD	PD	PD
	Jabłko 150 g Krakersy 30 g (GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ.) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	Jabłko 150 g Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)					
	Kolejka	Kolejka	Kolejka	Kolejka	Kolejka	Kolejka	Kolejka
	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Twarożek 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Jabłko 150 g	Kopytka ziemniaczane * 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 1979.22 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 47.39 g; Kw. tł. nasy.: 15.40 g; Węglowodany ogółem: 304.70 g; W tym cukry: 40.04 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 1936.50 kcal; Białko ogółem: 90.92 g; Tłuszcz: 42.74 g; Kw. tł. nasy.: 15.07 g; Węglowodany ogółem: 302.46 g; W tym cukry: 48.28 g; Błonnik pok.: 20.43 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 1959.14 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 47.61 g; Kw. tł. nasy.: 13.57 g; Węglowodany ogółem: 293.31 g; W tym cukry: 24.30 g; Błonnik pok.: 19.41 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 1935.77 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 15.67 g; Węglowodany ogółem: 283.85 g; W tym cukry: 40.97 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 3.46 g;	Wartość energetyczna: 2499.44 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz: 68.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; Węglowodany ogółem: 361.25 g; W tym cukry: 44.74 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 11.49 g;	Wartość energetyczna: 1253.18 kcal; Białko ogółem: 65.91 g; Tłuszcz: 31.37 g; Kw. tł. nasy.: 9.44 g; Węglowodany ogółem: 180.77 g; W tym cukry: 36.29 g; Błonnik pok.: 13.63 g; Sól: 2.98 g;	Wartość energetyczna: 2750.48 kcal; Białko ogółem: 126.78 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 408.37 g; W tym cukry: 54.23 g; Błonnik pok.: 18.85 g; Sól: 9.57 g;

		W-wa- ŻIW 1 Podstawowa	W-wa- ŻIW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻIW ML Bezmleczna	W-wa- ŻIW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻIW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻIW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻIW Wysokokaloryczna /Odżywcza
2026-03-04 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na napoju sojowym 300 ml (<u>SOJ, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 20 g Ser mozzarella kulki 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 20 g (<u>MLE.</u>) Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN	Ciasto drożdżowe 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)		Chrupki kukurydziane 20 g Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)	Ciasto drożdżowe b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet pożarski-drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Cwikła z jabłkiem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Cwikła z jabłkiem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet pożarski-drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Cwikła z jabłkiem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 300 ml (<u>SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 80 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Cwikła z jabłkiem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet pożarski-drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Cwikła z jabłkiem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 80 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet pożarski-drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Cwikła z jabłkiem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Mandarynka 150 g Chrupki kukurydziane 20 g Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g		Chrupki kukurydziane 20 g Mandarynka 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała plastry 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Rzodkiew biała plastry 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała plastry 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała plastry 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała plastry 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	PN	Mandarynka 150 g				Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Mandarynka 150 g	Pierogi z serem* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g
		Wartość energetyczna: 2370.47 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 88.15 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 308.81 g; W tym cukry: 55.14 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 1949.26 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 54.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 286.16 g; W tym cukry: 58.02 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2089.10 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 12.57 g; Węglowodany ogółem: 307.85 g; W tym cukry: 51.83 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 1979.09 kcal; Białko ogółem: 81.28 g; Tłuszcz: 72.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.68 g; Węglowodany ogółem: 259.69 g; W tym cukry: 53.79 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sól: 4.02 g;	Wartość energetyczna: 2799.91 kcal; Białko ogółem: 116.77 g; Tłuszcz: 95.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.25 g; Węglowodany ogółem: 361.52 g; W tym cukry: 48.62 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 11.27 g;	Wartość energetyczna: 1346.75 kcal; Białko ogółem: 147.02 g; Tłuszcz: 41.62 g; Kw. tł. nasy.: 15.42 g; Węglowodany ogółem: 184.91 g; W tym cukry: 46.92 g; Błonnik pok.: 14.71 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 3050.38 kcal; Białko ogółem: 147.02 g; Tłuszcz: 91.29 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 415.16 g; W tym cukry: 68.69 g; Błonnik pok.: 32.15 g; Sól: 10.91 g;

2026-03-05 czwartek								
	W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza	
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 100 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 70 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 300 ml (<u>SOJ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Ogórek kiszony 70 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 100 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 70 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 100 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 70 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 70 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (<u>JAJ, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu i cebuli 100 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 70 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Ślupki z marchewki 20 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, bez mleka) 300 ml (<u>SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko (brązowy) 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 100 g Ryż na sypko 80 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała plastry 20 g		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Parówki wieprzowo-cielęce homogenizowane, wędzone, parzone 100 g (<u>GOR, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GLU OW,</u>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Parówki wieprzowo-cielęce homogenizowane, wędzone, parzone 100 g (<u>GOR, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GLU OW,</u>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GLU OW,</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 60 g (<u>SOJ,</u>) Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Parówki wieprzowo-cielęce homogenizowane, wędzone, parzone 100 g (<u>GOR, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GLU OW,</u>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Parówki wieprzowo-cielęce homogenizowane, wędzone, parzone 60 g (<u>GOR, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GLU OW,</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Hummus 50 g (<u>SEZ,</u>) Parówki wieprzowo-cielęce homogenizowane, wędzone, parzone 100 g (<u>GOR, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GLU OW,</u>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>)
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Salata zielona 10 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Owsianka z jabłkami 250 g (<u>MLE, GLU OW,</u>)	
Wartość energetyczna: 2316.63 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 54.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 322.56 g; W tym cukry: 54.67 g; Błonnik pok.: 20.84 g; Sól: 9.64 g;								
Wartość energetyczna: 2203.60 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 45.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 314.92 g; W tym cukry: 55.12 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 6.49 g;								
Wartość energetyczna: 2168.36 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 55.00 g; Kw. tł. nasy.: 12.87 g; Węglowodany ogółem: 337.05 g; W tym cukry: 66.10 g; Błonnik pok.: 22.20 g; Sól: 9.02 g;								
Wartość energetyczna: 2110.67 kcal; Białko ogółem: 87.90 g; Tłuszcz: 62.68 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; Węglowodany ogółem: 303.49 g; W tym cukry: 50.76 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 4.01 g;								
Wartość energetyczna: 2762.50 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 370.39 g; W tym cukry: 61.35 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 14.94 g;								
Wartość energetyczna: 1334.08 kcal; Białko ogółem: 53.09 g; Tłuszcz: 28.85 g; Kw. tł. nasy.: 11.28 g; Węglowodany ogółem: 192.19 g; W tym cukry: 41.35 g; Błonnik pok.: 13.52 g; Sól: 3.76 g;								
Wartość energetyczna: 2903.66 kcal; Białko ogółem: 115.83 g; Tłuszcz: 76.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 396.34 g; W tym cukry: 91.31 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 11.75 g;								

	W-wa- ŻIW 1 Podstawowa	W-wa- ŻIW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻIW ML Bezmleczna	W-wa- ŻIW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻIW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻIW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻIW Wysokokaloryczna /Odżywcza
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 100 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na napoju sojowym 300 ml (GLU PSZ, SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Pomidorki koktajlowe 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 50 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidorki koktajlowe 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II ŚN	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE) Chrupki kukurydziane 20 g		Deser sojowy o smaku czekoladowym 125g 1 szt (SOJ) Chrupki kukurydziane 20 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE) Chrupki kukurydziane 20 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Chrupki kukurydziane 20 g Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Salata zielona 10 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE) Chrupki kukurydziane 20 g	
Obiad	Krem z dyni i marchwi* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Grzanki pszenne (I) 20 g (GLU PSZ) Ryba smażona (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi* (I) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Grzanki pszenne (I) 20 g (GLU PSZ) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem* 150 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi* (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Grzanki pszenne (I) 20 g (GLU PSZ) Ryba smażona (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi* (bez mleka, bez glutenu) 300 ml (SEL) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) (bez glutenu) 80 g (JAJ, RYB.) Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Grzanki pełnoziarniste (I) 20 g (GLU PSZ, MLE) Ryba smażona (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi* 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Grzanki pszenne (I) 10 g (GLU PSZ) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 80 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Grzanki pszenne (I) 20 g (GLU PSZ) Ryba smażona (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Gruszka 150 g Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała plastry 20 g		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Gruszka 150 g
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki (bez mleka) 100 g (JAJ) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Gruszka 150 g	Jabłko 150 g	Gruszka 150 g		Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g	Jabłko 150 g	Knedle z truskawkami* 200 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE)
	Wartość energetyczna: 2320.36 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 81.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 312.26 g; W tym cukry: 71.45 g; Błonnik pok.: 25.61 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2050.93 kcal; Białko ogółem: 93.30 g; Tłuszcz: 59.82 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 295.34 g; W tym cukry: 69.44 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2283.74 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 81.46 g; Kw. tł. nasy.: 14.92 g; Węglowodany ogółem: 299.93 g; W tym cukry: 47.76 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2033.22 kcal; Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 72.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.50 g; Węglowodany ogółem: 269.43 g; W tym cukry: 70.32 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 4.11 g;	Wartość energetyczna: 2837.64 kcal; Białko ogółem: 112.52 g; Tłuszcz: 104.91 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 369.13 g; W tym cukry: 50.46 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 11.77 g;	Wartość energetyczna: 1346.23 kcal; Białko ogółem: 62.36 g; Tłuszcz: 39.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.00 g; Węglowodany ogółem: 413.19 g; W tym cukry: 57.38 g; Błonnik pok.: 16.92 g; Sól: 3.13 g;	Wartość energetyczna: 2888.51 kcal; Białko ogółem: 124.76 g; Tłuszcz: 87.87 g; Kw. tł. nasy.: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 413.19 g; W tym cukry: 75.71 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 11.47 g;

	W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na napoju sojowym 300 ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 60 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 60 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II SN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Mandarynka 150 g		Wafle ryżowe 30 g Mandarynka 150 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Mandarynka 150 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Mandarynka 150 g Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Hummus 50 g (SEZ) Papryka świeża 20 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Mandarynka 150 g	
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 120 g (GLU PSZ, SEL) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 120 g (GLU PSZ, SEL) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 120 g (GLU PSZ, SEL) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami (bez glutenu) 120 g (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 120 g (GLU PSZ, SEL) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 150 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 120 g (GLU PSZ, SEL) Kasza bulgur 80 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 120 g (GLU PSZ, SEL) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Wafle ryżowe 30 g Gruszka 150 g Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g		Chalka 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała plastry 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ) Rzodkiew biała plastry 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Rzodkiew biała plastry 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała plastry 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 70 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Rzodkiew biała plastry 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Chalka 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)		Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt		Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 10 g	Chalka 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Placki ziemniaczane 200 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pieczarkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE)
	Wartość energetyczna: 2144.25 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 63.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 299.46 g; W tym cukry: 47.30 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 1999.05 kcal; Białko ogółem: 96.41 g; Tłuszcz: 59.60 g; Kw. tł. nasy.: 16.39 g; Węglowodany ogółem: 276.44 g; W tym cukry: 48.04 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2092.71 kcal; Białko ogółem: 93.40 g; Tłuszcz: 54.22 g; Kw. tł. nasy.: 11.97 g; Węglowodany ogółem: 314.44 g; W tym cukry: 50.24 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 1990.36 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 62.56 g; Kw. tł. nasy.: 14.87 g; Węglowodany ogółem: 266.95 g; W tym cukry: 61.98 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 2.00 g;	Wartość energetyczna: 2728.06 kcal; Białko ogółem: 121.20 g; Tłuszcz: 89.68 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 364.30 g; W tym cukry: 56.01 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 13.84 g;	Wartość energetyczna: 1289.55 kcal; Białko ogółem: 67.70 g; Tłuszcz: 37.89 g; Kw. tł. nasy.: 9.35 g; Węglowodany ogółem: 174.89 g; W tym cukry: 39.62 g; Błonnik pok.: 13.10 g; Sól: 3.77 g;	Wartość energetyczna: 2900.16 kcal; Białko ogółem: 130.97 g; Tłuszcz: 98.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 381.92 g; W tym cukry: 82.12 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 9.56 g;

		W-wa- ŻIW 1 Podstawowa	W-wa- ŻIW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻIW ML Bezmleczna	W-wa- ŻIW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻIW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻIW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻIW Wysokokaloryczna /Odżywcza
2026-03-08 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z makiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z makiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z napojem sojowym b/c 250 ml (<u>SOJ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z makiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z makiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z makiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z makiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
	II SN	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Galaretki o smaku truskawkowym 200 g Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 20 g	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 20 g Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 20 g	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 100 g (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/ml 20 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka Colesław z olejem (bez mleka) b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Dymia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka Colesław z olejem (bez mleka) b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez glutenu, bez mleka)* 300 ml (<u>SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka Colesław z olejem (bez mleka) b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka Colesław z olejem (bez mleka) b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 80 g Dymia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka Colesław z olejem (bez mleka) b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD				Jabłko 150 g Krakersy 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ.</u>) Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Słupki z marchewki 20 g			Krakersy 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ.</u>) Jabłko 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Jabłko 150 g				Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Jabłko 150 g	Kasza jaglana z jabłkiem 250 g
		Wartość energetyczna: 2258.02 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 81.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 276.32 g; W tym cukry: 48.02 g; Błonnik pok.: 19.22 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2113.70 kcal; Białko ogółem: 113.75 g; Tłuszcz: 66.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 270.86 g; W tym cukry: 46.13 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2162.99 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 76.67 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 263.83 g; W tym cukry: 32.18 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2172.25 kcal; Białko ogółem: 91.01 g; Tłuszcz: 85.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 266.85 g; W tym cukry: 49.48 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 2.54 g;	Wartość energetyczna: 2769.06 kcal; Białko ogółem: 131.11 g; Tłuszcz: 105.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.64 g; Węglowodany ogółem: 332.53 g; W tym cukry: 50.56 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 12.35 g;	Wartość energetyczna: 1472.87 kcal; Białko ogółem: 84.59 g; Tłuszcz: 52.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.26 g; Węglowodany ogółem: 168.82 g; W tym cukry: 40.05 g; Błonnik pok.: 13.01 g; Sól: 3.74 g;	Wartość energetyczna: 2851.07 kcal; Białko ogółem: 140.74 g; Tłuszcz: 95.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 364.09 g; W tym cukry: 55.01 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sól: 10.46 g;

	W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza	
2026-03-09 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 300 ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Hummus 50 g (SEZ) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Pieczczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Banan 150 g	Pieczczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Banan 150 g			Pieczczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Gruszka 150 g Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Pomidor 20 g	Pieczczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Banan 150 g	Pieczczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Banan 150 g
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z serem - chłodzone 250 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pierogi z serem - chłodzone 250 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos pieczarkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ) Ryż na sypko 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 150 g Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) (bez glutenu) 80 g (JAJ, SEL.) Sos majerankowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos pieczarkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Pierogi z serem - chłodzone 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 50 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z serem-chłodzone 250 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Paluszki słone 30 g (GLU PSZ, GLU JĘCZ.) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Rzodkiew biała plastry 20 g			
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Schab gotowany 60 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kluski śląskie* 200 g (JAJ) Sos pieczarkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2226.34 kcal; Białko ogółem: 84.18 g; Tłuszcz: 45.76 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 374.63 g; W tym cukry: 110.24 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2180.95 kcal; Białko ogółem: 83.65 g; Tłuszcz: 44.46 g; Kw. tł. nasy.: 14.47 g; Węglowodany ogółem: 369.66 g; W tym cukry: 111.16 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 5.88 g;	Wartość energetyczna: 2006.27 kcal; Białko ogółem: 72.10 g; Tłuszcz: 53.39 g; Kw. tł. nasy.: 12.68 g; Węglowodany ogółem: 318.00 g; W tym cukry: 62.00 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2005.70 kcal; Białko ogółem: 69.67 g; Tłuszcz: 58.76 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 305.63 g; W tym cukry: 73.29 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 3.74 g;	Wartość energetyczna: 2574.16 kcal; Białko ogółem: 100.83 g; Tłuszcz: 80.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 367.11 g; W tym cukry: 49.18 g; Błonnik pok.: 30.90 g; Sól: 13.67 g;	Wartość energetyczna: 1263.41 kcal; Białko ogółem: 45.87 g; Tłuszcz: 28.46 g; Kw. tł. nasy.: 7.83 g; Węglowodany ogółem: 211.53 g; W tym cukry: 74.21 g; Błonnik pok.: 12.58 g; Sól: 2.92 g;	Wartość energetyczna: 3070.34 kcal; Białko ogółem: 119.77 g; Tłuszcz: 80.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; Węglowodany ogółem: 471.21 g; W tym cukry: 112.39 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 10.93 g;	

		W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza	
2026-03-10 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na napoju sojowym 300 ml (SOJ, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 60 g Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 60 g Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Ser żółty 60 g (MLE.) Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	II ŚN	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)		Chrupki kukurydziane 20 g Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Chrupki kukurydziane 20 g	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Ciasto drożdżowe b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ślupki z marchewki 20 g	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 300 ml (SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 150 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 80 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Pomarańcza 1 szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pasztet z soczewicy * 50 g (JAJ.) Ogórek kiszony 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Pasztet z soczewicy * 100 g (JAJ.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	
PN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt					Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Kopytka ziemniaczane * 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.)	
		Wartość energetyczna: 1975.32 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 55.93 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 281.71 g; W tym cukry: 62.70 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 1926.06 kcal; Białko ogółem: 94.78 g; Tłuszcz: 54.53 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 274.70 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 1784.15 kcal; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz: 40.78 g; Kw. tł. nasy.: 10.27 g; Węglowodany ogółem: 277.01 g; W tym cukry: 56.00 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 1898.62 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 269.63 g; W tym cukry: 61.49 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 2.97 g;	Wartość energetyczna: 2536.52 kcal; Białko ogółem: 115.50 g; Tłuszcz: 70.47 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 352.95 g; W tym cukry: 65.85 g; Błonnik pok.: 29.30 g; Sól: 11.64 g;	Wartość energetyczna: 1339.02 kcal; Białko ogółem: 67.94 g; Tłuszcz: 40.34 g; Kw. tł. nasy.: 12.46 g; Węglowodany ogółem: 183.40 g; W tym cukry: 53.00 g; Błonnik pok.: 17.53 g; Sól: 3.73 g;	Wartość energetyczna: 2989.78 kcal; Białko ogółem: 135.67 g; Tłuszcz: 94.38 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 410.71 g; W tym cukry: 65.64 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sól: 10.03 g;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
- Sód,
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,