

		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
2026-03-11 środa	Śniadanie	Płatki kukurydżiane 30 g Mleko 250 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 60 g (SOJ) Pomidorki koktajlowe 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki kukurydżiane 30 g Mleko 250 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 60 g (SOJ) Pomidorki koktajlowe 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki kukurydżiane 30 g Napójsojowy 250 g (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 Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidorki koktajlowe 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki kukurydżiane 30 g Mleko 250 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) 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	Płatki kukurydżiane 30 g Mleko 250 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 60 g (SOJ) Pomidorki koktajlowe 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki kukurydżiane 15 g Mleko 120 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g Pomidorki koktajlowe 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki kukurydżiane 30 g Mleko 250 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 60 g (SOJ) Twardog półtłusty 100g (MLE) Pomidorki koktajlowe 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II śni	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Jabłko 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g	Wafle ryżowe 30 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) 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.) Rzodkiew biała plasty 20 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kotlet mielony wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kotlet mielony wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, bez mleka) 300 ml (SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 80 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kotlet mielony wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 150 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza bulgur 80 g (GLU PSZ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kotlet mielony wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD				Jabłko 150 g Podplomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE.) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g (MLE) Salata zielona 10 g			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Podplomyki b/c 30 g (GLU PSZ, 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) 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 Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Podplomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE.)		Wafle ryżowe 30 g		Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Salata zielona 10 g	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Pierogi ze szpinakiem * 200 g (GLU PSZ, MLE.) Śmietana 18 % tł 30 g (MLE)
		Wartość energetyczna: 2253.91 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 67.51 g; Kw. tł. nasy.: 16.11 g; Węglowodany ogółem: 326.02 g; W tym cukry: 42.22 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 2043.09 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 45.48 g; Kw. tł. nasy.: 13.59 g; Węglowodany ogółem: 326.75 g; W tym cukry: 44.15 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2277.08 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 61.36 g; Kw. tł. nasy.: 13.89 g; Węglowodany ogółem: 354.67 g; W tym cukry: 60.80 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 1899.67 kcal; Białko ogółem: 81.08 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 13.77 g; Węglowodany ogółem: 296.80 g; W tym cukry: 41.45 g; Błonnik pok.: 27.65 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 2763.72 kcal; Białko ogółem: 116.45 g; Tłuszcz: 91.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 376.14 g; W tym cukry: 43.17 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sól: 14.43 g;	Wartość energetyczna: 1346.12 kcal; Białko ogółem: 64.30 g; Tłuszcz: 33.24 g; Kw. tł. nasy.: 8.20 g; Węglowodany ogółem: 204.61 g; W tym cukry: 33.57 g; Błonnik pok.: 15.07 g; Sól: 3.99 g;	Wartość energetyczna: 3052.27 kcal; Białko ogółem: 137.23 g; Tłuszcz: 84.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 438.80 g; W tym cukry: 77.12 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 12.96 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
2026-03-12 czwartek	Śniadanie Kasza manna 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 Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna 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 Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na napoju sojowym 300 ml (<u>GLU PSZ, 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 Pomidor 70 g Salata zielona 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 60 g Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna 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 Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna 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 Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna 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 Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Ciasto drożdżowe 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u>)		Chrupki kukurydziane 20 g Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 20 g	Ciasto drożdżowe b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</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 Salata zielona 10 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u>) Ciasto drożdżowe 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)	Ciasto drożdżowe 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad Szpinkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinkowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinkowa z ziemniakami *(bez glutenu, bez mleka) 300 ml (<u>SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinkowa z ziemniakami * 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD				Chrupki kukurydziane 20 g 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 Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 20 g		Chrupki kukurydziane 20 g Banan 150 g
	Kolejka Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Paszтет z fasoli* 90 g (<u>JAJ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Papryka świeża 70 g Salata 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 Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 70 g Salata 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 Paszтет z fasoli* 90 g (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 70 g Salata 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 Paszтет z fasoli* 90 g (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 70 g Salata 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 Paszтет z fasoli* 90 g (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 70 g Salata 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 Paszтет z fasoli* 90 g (<u>JAJ</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 60 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Banan 150 g			Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Salata zielona 10 g	Banan 150 g	Ryz z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2284.09 kcal; Białko ogółem: 86.26 g; Tłuszcz: 64.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 354.70 g; W tym cukry: 62.15 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2016.68 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 52.19 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 308.82 g; W tym cukry: 54.27 g; Błonnik pok.: 17.44 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2287.51 kcal; Białko ogółem: 86.00 g; Tłuszcz: 72.34 g; Kw. tł. nasy.: 15.72 g; Węglowodany ogółem: 340.92 g; W tym cukry: 63.36 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 5.54 g;	Wartość energetyczna: 2149.70 kcal; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz: 63.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 321.65 g; W tym cukry: 58.48 g; Błonnik pok.: 34.05 g; Sól: 2.42 g;	Wartość energetyczna: 2656.06 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 79.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 379.19 g; W tym cukry: 50.84 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 9.88 g;	Wartość energetyczna: 1353.45 kcal; Białko ogółem: 56.48 g; Tłuszcz: 36.07 g; Kw. tł. nasy.: 10.52 g; Węglowodany ogółem: 466.46 g; W tym cukry: 45.83 g; Błonnik pok.: 11.68 g; Sól: 3.69 g;	Wartość energetyczna: 3114.73 kcal; Białko ogółem: 124.19 g; Tłuszcz: 91.36 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 466.46 g; W tym cukry: 78.74 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sól: 10.16 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	
2026-03-13 piątek	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 1szt Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 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 Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 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 1szt Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1szt Schab gotowany 60 g Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 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 1szt Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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 1szt Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 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 1szt Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 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>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1szt Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) 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>) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>)	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pasztec sojowy z pomidorami 50 g (<u>SOJ, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Biszkopty b/ml 20 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>)
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(l) 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(l) 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*(l) 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(l) 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 150 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 80 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(l) 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD				Mandarynka 150 g Paluszki słone 30 g (<u>GLU PSZ, GLU JECZ,</u>) Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Półedwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Rzodkiew biała plastry 20 g		Paluszki słone 30 g (<u>GLU PSZ, GLU JECZ,</u>) 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 1szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, 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 jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, 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 1szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta (bez mleka) 100 g (<u>JAJ,</u>) 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 1szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, 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 1szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, 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 1szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, 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 1szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mandarynka 150 g			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>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 10 g	Mandarynka 150 g	Knedle z truskawkami * 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE,</u>)	
		Wartość energetyczna: 1998.97 kcal; Białko ogółem: 92.76 g; Tłuszcz: 59.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.89 g; Węglowodany ogółem: 283.54 g; W tym cukry: 42.15 g; Błonnik pok.: 18.67 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 1978.90 kcal; Białko ogółem: 95.47 g; Tłuszcz: 54.66 g; Kw. tł. nasy.: 18.54 g; Węglowodany ogółem: 290.52 g; W tym cukry: 49.19 g; Błonnik pok.: 21.60 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 2063.63 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 13.85 g; Węglowodany ogółem: 279.38 g; W tym cukry: 42.40 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 1938.43 kcal; Białko ogółem: 80.42 g; Tłuszcz: 63.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 272.30 g; W tym cukry: 40.41 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 3.75 g;	Wartość energetyczna: 2565.14 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 82.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 356.14 g; W tym cukry: 43.98 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 11.72 g;	Wartość energetyczna: 1265.42 kcal; Białko ogółem: 65.21 g; Tłuszcz: 36.97 g; Kw. tł. nasy.: 10.64 g; Węglowodany ogółem: 176.43 g; W tym cukry: 36.69 g; Błonnik pok.: 14.14 g; Sól: 2.91 g;	Wartość energetyczna: 2604.29 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 385.00 g; W tym cukry: 46.29 g; Błonnik pok.: 18.97 g; Sól: 11.22 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
2026-03-14 sobota	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. 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 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. 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 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 Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 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 60 g Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 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. 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 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. 60 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 100g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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	Koktajl truskawkowy* 100 ml (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 300 ml (<u>SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 80 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Surówka z marchwi 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 (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g		Banan 150 g Wafle ryżowe 30 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 Sałatka z makaronu i tuńczyka- dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE.</u>) 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 Sałatka z makaronu i tuńczyka- dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE.</u>) 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 Filet z kurczaka 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 Filet z kurczaka gotowany 60 g 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 Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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 Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka z makaronu i tuńczyka- dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Banan 150 g			Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Banan 150 g	Naleśniki z serem 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Śmietana 18 % tł 30 g (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2069.29 kcal; Białko ogółem: 73.95 g; Tłuszcz: 47.74 g; Kw. tł. nasy.: 13.89 g; Węglowodany ogółem: 350.74 g; W tym cukry: 78.58 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 10.07 g;	Wartość energetyczna: 2047.15 kcal; Białko ogółem: 83.82 g; Tłuszcz: 42.74 g; Kw. tł. nasy.: 13.86 g; Węglowodany ogółem: 347.44 g; W tym cukry: 82.95 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 1954.62 kcal; Białko ogółem: 74.35 g; Tłuszcz: 41.41 g; Kw. tł. nasy.: 9.65 g; Węglowodany ogółem: 334.22 g; W tym cukry: 75.80 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2002.38 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 53.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.90 g; Węglowodany ogółem: 315.52 g; W tym cukry: 76.01 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 3.70 g;	Wartość energetyczna: 2468.58 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 69.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 375.03 g; W tym cukry: 67.38 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 14.10 g;	Wartość energetyczna: 1209.36 kcal; Białko ogółem: 49.12 g; Tłuszcz: 27.58 g; Kw. tł. nasy.: 7.36 g; Węglowodany ogółem: 199.99 g; W tym cukry: 61.16 g; Błonnik pok.: 14.35 g; Sól: 4.12 g;	Wartość energetyczna: 2930.29 kcal; Białko ogółem: 124.00 g; Tłuszcz: 76.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 450.48 g; W tym cukry: 103.52 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sól: 10.43 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	
2026-03-15 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 1szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała plaster 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem 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 1szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem 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 1szt Schab gotowany 60 g Rzodkiew biała plaster 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 1szt Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Rzodkiew biała plaster 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem 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 1szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała plaster 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem 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 1szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Rzodkiew biała plaster 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)
	II ŚN	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		Galaretka o smaku truskawkowym 200 g Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>)	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 20 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Pomidor 20 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 100 g (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u>)
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa duszona 80 g (<u>GLUPSZ</u>) Sos własny 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa duszona 80 g (<u>GLUPSZ</u>) Sos własny 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka schabowa duszona 80 g (<u>GLUPSZ</u>) Sos własny 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 300 ml (<u>SEL, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa duszona (bez glutenu) 80 g Sos własny 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa duszona 80 g (<u>GLUPSZ</u>) Sos własny 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa duszona 80 g (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 80 g Sos własny 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa duszona 80 g (<u>GLUPSZ</u>) Sos własny 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Jabłko 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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Słupki z marchewki 20 g	Jabłko 150 g Paluszki z sezamem 30 g (<u>GLU PSZ, SEZ</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 1szt 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>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1szt 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 1szt Filet z kurczaka 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 1szt Serek a'la homogenizowany 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 1szt Serek a'la homogenizowany 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 1szt 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 1szt 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>) 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 Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g	Jabłko 150 g Kluski śląskie* 200 g (<u>JAJ</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE</u>)	
		Wartość energetyczna: 1975.98 kcal; Białko ogółem: 95.24 g; Tłuszcz: 54.77 g; Kw. tł. nasy.: 17.48 g; Węglowodany ogółem: 284.00 g; W tym cukry: 46.05 g; Błonnik pok.: 19.31 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 1984.07 kcal; Białko ogółem: 96.25 g; Tłuszcz: 57.51 g; Kw. tł. nasy.: 17.50 g; Węglowodany ogółem: 282.86 g; W tym cukry: 49.38 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 1899.71 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 49.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.29 g; Węglowodany ogółem: 270.36 g; W tym cukry: 29.27 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 1957.00 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.30 g; Węglowodany ogółem: 270.36 g; W tym cukry: 43.73 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sól: 2.78 g;	Wartość energetyczna: 2588.98 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 85.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 349.08 g; W tym cukry: 48.37 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sól: 10.42 g;	Wartość energetyczna: 1353.11 kcal; Białko ogółem: 70.11 g; Tłuszcz: 43.52 g; Kw. tł. nasy.: 11.40 g; Węglowodany ogółem: 177.79 g; W tym cukry: 41.65 g; Błonnik pok.: 14.20 g; Sól: 3.18 g;	Wartość energetyczna: 2756.81 kcal; Białko ogółem: 123.93 g; Tłuszcz: 86.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 377.38 g; W tym cukry: 51.57 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sól: 9.24 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	Płatki pszenne 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na napoju sojowym 300 ml (<u>GLU PSZ, 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) 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>) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II śni	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ciasto drożdżowe b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	
Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z truskawek* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*(t) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z truskawek* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) *(t) 300 ml (<u>SEL.</u>) Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 80 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*(t) 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Mus z truskawek* 50 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z truskawek* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Pomarańcza 1 szt. 1 szt 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%) kostka 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 20 g		Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt
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 Pomidor 70 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Salata 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 70 g Salata 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 Schab gotowany 60 g Pomidor 70 g Salata 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Salata 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Salata 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 Serek śmietankowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt				Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g	Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Kasza marna z syropem o smaku malinowym 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2447.48 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 64.66 g; Kw. tł. nasy.: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 381.83 g; W tym cukry: 89.09 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2244.36 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz: 56.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; Węglowodany ogółem: 361.05 g; W tym cukry: 90.61 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2156.24 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 53.91 g; Kw. tł. nasy.: 12.26 g; Węglowodany ogółem: 352.61 g; W tym cukry: 65.24 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 1944.52 kcal; Białko ogółem: 80.11 g; Tłuszcz: 60.34 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 285.27 g; W tym cukry: 45.16 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 3.88 g;	Wartość energetyczna: 2645.41 kcal; Białko ogółem: 112.32 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 367.25 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 13.18 g;	Wartość energetyczna: 1359.37 kcal; Białko ogółem: 53.03 g; Tłuszcz: 36.70 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 212.06 g; W tym cukry: 54.69 g; Błonnik pok.: 13.56 g; Sól: 3.73 g;	Wartość energetyczna: 3018.01 kcal; Białko ogółem: 122.23 g; Tłuszcz: 93.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 434.72 g; W tym cukry: 107.38 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 11.14 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
2026-03-17 wtorek	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 1szt Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 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 1szt Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana 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 1szt Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 60 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 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 1szt Filet z kurczaka gotowany 60 g Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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 1szt Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 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>) Tuszczo do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 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>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1szt Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g		Wafle ryżowe 30 g Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 2,5% 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%) kostka 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Pomidor 20 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos meksykański z fasolą 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos meksykański z fasolą 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) * 300 ml (<u>SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona (bez glutenu) 80 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ryż na sypko 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos meksykański z fasolą 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 80 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos meksykański z fasolą 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD				Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 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 1szt Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 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 1szt Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 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 1szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 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 1szt Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 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 1szt Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tuszczo do smarowania 59% tł. 10g 1szt Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 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 1szt Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE</u>) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
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%) kostka 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Kopytka ziemniaczane * 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos pieczarkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2073.29 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 58.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 302.23 g; W tym cukry: 65.28 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 1987.79 kcal; Białko ogółem: 95.92 g; Tłuszcz: 52.99 g; Kw. tł. nasy.: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 294.83 g; W tym cukry: 67.44 g; Błonnik pok.: 18.72 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 1975.27 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 50.77 g; Kw. tł. nasy.: 11.63 g; Węglowodany ogółem: 307.41 g; W tym cukry: 49.42 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2000.09 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 280.46 g; W tym cukry: 62.52 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 2.25 g;	Wartość energetyczna: 2545.83 kcal; Białko ogółem: 117.13 g; Tłuszcz: 77.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 353.77 g; W tym cukry: 57.07 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sól: 13.33 g;	Wartość energetyczna: 1355.41 kcal; Białko ogółem: 68.29 g; Tłuszcz: 39.90 g; Kw. tł. nasy.: 12.16 g; Węglowodany ogółem: 188.76 g; W tym cukry: 54.79 g; Błonnik pok.: 12.60 g; Sól: 3.36 g;	Wartość energetyczna: 2913.56 kcal; Białko ogółem: 123.07 g; Tłuszcz: 90.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 408.99 g; W tym cukry: 66.38 g; Błonnik pok.: 22.89 g; Sól: 11.30 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						
2026-03-18 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml Mix салат 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml Mix салат 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 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 Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 70 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml					
	II śni	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u>) Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Galaretka o smaku truskawkowym 200 g Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 20 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u>) Paluszki słone 30 g (<u>GLU PSZ, GLU JECZ.</u>) Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 20 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 100 g (<u>MLE</u>) Biszkopty b/ml 20 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u>) Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)					
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Kotlet pożarski-drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, SO2.</u>) Kotlet pożarski-drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 300 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 80 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 80 ml (<u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 80 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Kotlet pożarski-drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml					
	PD						Jabłko 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 Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g		Banan 150 g Paluszki słone 30 g (<u>GLU PSZ, GLU JECZ.</u>)				
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 Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 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 Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 60 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml Salata 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 Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml Salata zielona 10 g	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 Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) 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>) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml						
PN	Banan 150 g					Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Kurczak zapiekany-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony.parzony, zapiekany z dod.biał.mleka w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g	Banan 150 g	Knedle ze śliwką* 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Śmietana 18 % tł 30 g (<u>MLE</u>)					
Wartość energetyczna: 2260.87 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 15.73 g; Węglowodany ogółem: 346.91 g; W tym cukry: 58.15 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 8.19 g;								Wartość energetyczna: 2045.74 kcal; Białko ogółem: 90.71 g; Tłuszcz: 48.15 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 327.32 g; W tym cukry: 57.83 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 2178.12 kcal; Białko ogółem: 88.56 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 12.61 g; Węglowodany ogółem: 336.10 g; W tym cukry: 42.73 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 1947.04 kcal; Białko ogółem: 78.67 g; Tłuszcz: 51.76 g; Kw. tł. nasy.: 13.77 g; Węglowodany ogółem: 304.52 g; W tym cukry: 55.26 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 3.71 g;	Wartość energetyczna: 2477.94 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 63.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 376.98 g; W tym cukry: 47.04 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 11.87 g;	Wartość energetyczna: 1359.05 kcal; Białko ogółem: 62.16 g; Tłuszcz: 36.22 g; Kw. tł. nasy.: 8.87 g; Węglowodany ogółem: 205.20 g; W tym cukry: 47.71 g; Błonnik pok.: 13.97 g; Sól: 3.13 g;	Wartość energetyczna: 2921.58 kcal; Białko ogółem: 124.54 g; Tłuszcz: 87.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 422.45 g; W tym cukry: 73.36 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 11.45 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
2026-03-19 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Płatki owsiane na napoju sojowym 300 ml (SOJ, GLU OW.) 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) 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 200 ml Salata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	II ŚN	Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)		Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Ciasto drożdżowe b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 50 g Słupki z marchewki 20 g	Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 200 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) * 300 ml (GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, bez mleka) 300 ml (SEL.) Schab gotowany 80 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 200 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 100 g (SEL, GLU JECZ.) Fasolka po bretońsku 200 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 200 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Mandarynka 150 g Wafle ryżowe 30 g Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowia kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 20 g		Wafle ryżowe 30 g Mandarynka 150 g
	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ, 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.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 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 gotowany 60 g Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 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.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 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.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 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.) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	PN		Mandarynka 150 g			Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Mandarynka 150 g	Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2133.67 kcal; Białko ogółem: 83.71 g; Tłuszcz: 65.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 317.12 g; W tym cukry: 44.90 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 10.30 g;	Wartość energetyczna: 2088.37 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz: 63.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; Węglowodany ogółem: 304.01 g; W tym cukry: 48.72 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2185.01 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 14.28 g; Węglowodany ogółem: 326.34 g; W tym cukry: 60.74 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 2072.38 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 65.07 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 287.11 g; W tym cukry: 41.77 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 4.56 g;	Wartość energetyczna: 2673.34 kcal; Białko ogółem: 104.92 g; Tłuszcz: 78.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 384.93 g; W tym cukry: 48.92 g; Błonnik pok.: 31.28 g; Sól: 13.08 g;	Wartość energetyczna: 1276.76 kcal; Białko ogółem: 52.93 g; Tłuszcz: 38.47 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 189.26 g; W tym cukry: 36.06 g; Błonnik pok.: 16.20 g; Sól: 3.23 g;	Wartość energetyczna: 2769.50 kcal; Białko ogółem: 116.32 g; Tłuszcz: 81.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 406.19 g; W tym cukry: 57.62 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 12.78 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
Śniadanie	Kasza manna 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 Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała plastry 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna 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 Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na napoju sojowym 300 ml (<u>GLU PSZ 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 Rzodkiew biała plastry 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż 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 Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała plastry 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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 Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała plastry 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Kasza manna 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 Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała plastry 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II SN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Jabłko 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 150 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%) kostka 5 g (<u>MLE</u>) 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	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g	
Obiad	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kotlet z ryby (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kotlet z ryby (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu, bez mleka) 300 ml (<u>SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 80 g (<u>JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy (bez glutenu) 80 ml (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kotlet z ryby (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kotlet z ryby (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) 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					Ciasto drożdżowe b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Gruszka 150 g Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g		Chalka 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
Kolecja	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 jaj z natką pietruszki - dieta 100g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Rozzponka 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 jaj z natką pietruszki - dieta 100g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Rozzponka 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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta (bez mleka) 100 g (<u>JAJ</u>) Pomidor 70 g Rozzponka 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 jaj z natką pietruszki - dieta 100g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Rozzponka 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 jaj z natką pietruszki - dieta 100g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Rozzponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Rozzponka 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 Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Rozzponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Chalka 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Salata zielona 10 g	Chalka 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Kluski śląskie* 200 g (<u>JAJ</u>) Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)
	Wartość energetyczna: 2066.46 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 291.00 g; W tym cukry: 51.01 g; Błonnik pok.: 22.01 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 1978.43 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 61.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 276.69 g; W tym cukry: 50.68 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2228.84 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; Węglowodany ogółem: 315.40 g; W tym cukry: 61.13 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 1930.08 kcal; Białko ogółem: 79.57 g; Tłuszcz: 61.37 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 278.48 g; W tym cukry: 46.02 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 2.77 g;	Wartość energetyczna: 2605.69 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 82.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; Węglowodany ogółem: 352.34 g; W tym cukry: 63.77 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 1420.96 kcal; Białko ogółem: 66.52 g; Tłuszcz: 43.81 g; Kw. tł. nasy.: 9.99 g; Węglowodany ogółem: 200.06 g; W tym cukry: 39.60 g; Błonnik pok.: 15.16 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2781.11 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; Tłuszcz: 83.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 398.40 g; W tym cukry: 84.20 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 10.44 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 - 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,