

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zestaw. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zestaw. II
2026-07-05 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Kielbasa kminkowa Ojca Grzegorza-gruborozdrobnioniona, wędzona, parzona 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Kielbasa kminkowa Ojca Grzegorza-gruborozdrobnioniona, wędzona, parzona 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Kotlet drobiowy panierowany z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Mizeria 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Mizeria 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 70 g Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 15 g			
		Wartość energetyczna: 2643.93 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz: 90.42 g; Kw. tł. nasy.: 37.61 g; Węglowodany ogółem: 340.08 g; W tym cukry: 80.41 g; Błonnik pok.: 21.60 g; Sód: 3794.47 mg;	Wartość energetyczna: 2406.27 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 71.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 328.94 g; W tym cukry: 80.77 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sód: 2693.18 mg;	Wartość energetyczna: 2276.26 kcal; Białko ogółem: 91.46 g; Tłuszcz: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 317.45 g; W tym cukry: 67.18 g; Błonnik pok.: 19.57 g; Sód: 2304.89 mg;	Wartość energetyczna: 1886.53 kcal; Białko ogółem: 89.60 g; Tłuszcz: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 254.63 g; W tym cukry: 21.15 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sód: 3363.24 mg;			

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II
2026-07-06 poniedziałek	Śniadanie Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Szczawiowa z ziemniakami*() 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi z twarogiem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () (bez mleka) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szczawiowa z ziemniakami*() 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami*() 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szczawiowa z ziemniakami*() 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Majonez 20 g (JAJ, GOR.) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Majonez 20 g (JAJ, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Wafle ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	Wafle ryżowe 30 g Jabłko pieczone 150 g	Wafle ryżowe 30 g Jabłko pieczone 150 g	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 10 g Pomarańcza 150 g	Wafle ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 10 g Pomarańcza 150 g	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 10 g Pomarańcza 150 g
	Wartość energetyczna: 2784.67 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 97.40 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 408.61 g; W tym cukry: 73.20 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sód: 3643.54 mg;	Wartość energetyczna: 2685.75 kcal; Białko ogółem: 95.30 g; Tłuszcz: 79.65 g; Kw. tł. nasy.: 40.28 g; Węglowodany ogółem: 414.72 g; W tym cukry: 92.00 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sód: 2627.86 mg;	Wartość energetyczna: 2109.07 kcal; Białko ogółem: 72.77 g; Tłuszcz: 56.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 69.12 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sód: 1950.46 mg;	Wartość energetyczna: 2144.74 kcal; Białko ogółem: 76.22 g; Tłuszcz: 73.04 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 319.88 g; W tym cukry: 40.48 g; Błonnik pok.: 33.59 g; Sód: 3132.81 mg;	Wartość energetyczna: 2539.69 kcal; Białko ogółem: 80.42 g; Tłuszcz: 96.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 355.79 g; W tym cukry: 69.35 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sód: 4028.67 mg;	Wartość energetyczna: 2384.48 kcal; Białko ogółem: 81.94 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 366.56 g; W tym cukry: 74.55 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sód: 2725.16 mg;	Wartość energetyczna: 2184.11 kcal; Białko ogółem: 78.67 g; Tłuszcz: 65.46 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 342.41 g; W tym cukry: 52.13 g; Błonnik pok.: 33.72 g; Sód: 3074.35 mg;

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II
2026-07-07 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Brokułowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE,</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN		Arbuz 150 g Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>)	Jabłko pieczone 150 g Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g	Arbuz 150 g Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g	
		Wartość energetyczna: 2662.56 kcal; Białko ogółem: 111.64 g; Tłuszcz: 96.03 g; Kw. tł. nasy.: 43.23 g; Węglowodany ogółem: 363.98 g; W tym cukry: 94.62 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sód: 3326.44 mg;	Wartość energetyczna: 2597.28 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 74.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 392.80 g; W tym cukry: 117.61 g; Błonnik pok.: 24.72 g; Sód: 2490.27 mg;	Wartość energetyczna: 2296.17 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 345.24 g; W tym cukry: 78.20 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sód: 2711.87 mg;	Wartość energetyczna: 2354.37 kcal; Białko ogółem: 114.21 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.55 g; Węglowodany ogółem: 283.74 g; W tym cukry: 32.07 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sód: 3161.77 mg;	Wartość energetyczna: 2471.50 kcal; Białko ogółem: 81.49 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 40.50 g; Węglowodany ogółem: 371.73 g; W tym cukry: 99.81 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sód: 3300.20 mg;	Wartość energetyczna: 2481.22 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 407.61 g; W tym cukry: 128.95 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sód: 2524.03 mg;	Wartość energetyczna: 2184.60 kcal; Białko ogółem: 84.65 g; Tłuszcz: 83.35 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 296.18 g; W tym cukry: 37.35 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sód: 3141.07 mg;

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II	
2026-07-08 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem * () 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem (bez mleka) * () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem pełnoziarnistym * () 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Salatka szwedzka 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Ryż na sypko 220 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem * () 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem pełnoziarnistym * () 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 2362.22 kcal; Białko ogółem: 95.10 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 339.81 g; W tym cukry: 92.16 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sód: 3383.43 mg;	Wartość energetyczna: 2357.05 kcal; Białko ogółem: 92.03 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 347.05 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sód: 2851.81 mg;	Wartość energetyczna: 2155.88 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 322.94 g; W tym cukry: 69.42 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sód: 2835.55 mg;	Wartość energetyczna: 2041.43 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 283.60 g; W tym cukry: 31.31 g; Błonnik pok.: 25.77 g; Sód: 3885.40 mg;	Wartość energetyczna: 2311.62 kcal; Białko ogółem: 77.31 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.71 g; Węglowodany ogółem: 368.81 g; W tym cukry: 92.96 g; Błonnik pok.: 17.14 g; Sód: 2495.13 mg;	Wartość energetyczna: 2288.18 kcal; Białko ogółem: 73.63 g; Tłuszcz: 61.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.43 g; Węglowodany ogółem: 367.99 g; W tym cukry: 92.59 g; Błonnik pok.: 17.62 g; Sód: 2326.72 mg;	Wartość energetyczna: 2023.62 kcal; Białko ogółem: 72.35 g; Tłuszcz: 64.94 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 302.04 g; W tym cukry: 32.22 g; Błonnik pok.: 30.12 g; Sód: 2887.89 mg;

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II
2026-07-09 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Surówka z pora i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ziemniaczana *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z pora i jabłka () b/c 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z pora i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ziemniaczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet jarski () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet jarski () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z pora i jabłka () b/c 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Brzoskwinia 100 g	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g	
	Wartość energetyczna: 2592.60 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 75.34 g; Kw. tł. nasy.: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 424.60 g; W tym cukry: 118.27 g; Błonnik pok.: 41.71 g; Sód: 3563.59 mg;	Wartość energetyczna: 2598.54 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 81.02 g; Kw. tł. nasy.: 34.56 g; Węglowodany ogółem: 395.07 g; W tym cukry: 110.65 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sód: 2601.89 mg;	Wartość energetyczna: 2206.65 kcal; Białko ogółem: 85.85 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 323.62 g; W tym cukry: 55.96 g; Błonnik pok.: 20.98 g; Sód: 2868.12 mg;	Wartość energetyczna: 2281.16 kcal; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 72.45 g; Kw. tł. nasy.: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 347.55 g; W tym cukry: 57.99 g; Błonnik pok.: 36.63 g; Sód: 2655.12 mg;	Wartość energetyczna: 2579.71 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 77.96 g; Kw. tł. nasy.: 35.91 g; Węglowodany ogółem: 402.09 g; W tym cukry: 116.03 g; Błonnik pok.: 34.46 g; Sód: 2639.77 mg;	Wartość energetyczna: 2570.10 kcal; Białko ogółem: 81.57 g; Tłuszcz: 79.23 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 411.56 g; W tym cukry: 115.56 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sód: 2602.15 mg;	Wartość energetyczna: 2252.72 kcal; Białko ogółem: 75.63 g; Tłuszcz: 70.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 364.04 g; W tym cukry: 62.90 g; Błonnik pok.: 42.01 g; Sód: 2655.38 mg;	

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II
2026-07-10 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Truskawki 150 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Truskawki 150 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	P	Wafle ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 300 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 300 ml Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 300 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 300 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 300 ml Wafle ryżowe 30 g		Sok wielowarzywny pasteryzowany 300 ml
		Wartość energetyczna: 2641.03 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 90.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 360.60 g; W tym cukry: 91.94 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sód: 2992.24 mg;	Wartość energetyczna: 2484.68 kcal; Białko ogółem: 108.12 g; Tłuszcz: 80.30 g; Kw. tł. nasy.: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 342.57 g; W tym cukry: 85.23 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sód: 2898.38 mg;	Wartość energetyczna: 2192.21 kcal; Białko ogółem: 98.73 g; Tłuszcz: 61.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 321.78 g; W tym cukry: 68.41 g; Błonnik pok.: 18.06 g; Sód: 3473.89 mg;	Wartość energetyczna: 2003.91 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 79.70 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 241.54 g; W tym cukry: 19.02 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sód: 4343.10 mg;	Wartość energetyczna: 2446.78 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 79.51 g; Kw. tł. nasy.: 35.13 g; Węglowodany ogółem: 343.95 g; W tym cukry: 91.90 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sód: 2915.47 mg;	Wartość energetyczna: 2446.49 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 79.62 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 342.57 g; W tym cukry: 85.23 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sód: 2852.03 mg;	Wartość energetyczna: 1965.71 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 79.03 g; Kw. tł. nasy.: 40.39 g; Węglowodany ogółem: 241.54 g; W tym cukry: 19.02 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sód: 4296.75 mg;

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II	
2026-07-11 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 15 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Bigos z kapusty młodej 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kiwi 1 szt 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g				
		Wartość energetyczna: 2653.53 kcal; Białko ogółem: 77.95 g; Tłuszcz: 103.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.71 g; Węglowodany ogółem: 362.96 g; W tym cukry: 84.52 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sód: 4140.01 mg;	Wartość energetyczna: 2269.46 kcal; Białko ogółem: 88.91 g; Tłuszcz: 75.88 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 322.95 g; W tym cukry: 75.51 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sód: 3204.33 mg;	Wartość energetyczna: 2160.44 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 70.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 313.70 g; W tym cukry: 63.50 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sód: 2884.20 mg;	Wartość energetyczna: 2215.77 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 83.92 g; Kw. tł. nasy.: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 300.91 g; W tym cukry: 26.98 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sód: 3385.97 mg;				

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II
2026-07-12 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 200 g Kalaflor z masłem (82% tł.) i bułką tartą* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Kalaflor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Kalaflor gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Leczo z drobiem-dieta () 350 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	PN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g			
		Wartość energetyczna: 3281.34 kcal; Białko ogółem: 166.47 g; Tłuszcz: 131.54 g; Kw. tł. nasy.: 56.16 g; Węglowodany ogółem: 375.74 g; W tym cukry: 110.14 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sód: 2839.07 mg;	Wartość energetyczna: 2766.10 kcal; Białko ogółem: 147.21 g; Tłuszcz: 103.50 g; Kw. tł. nasy.: 42.94 g; Węglowodany ogółem: 325.80 g; W tym cukry: 75.78 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sód: 2672.75 mg;	Wartość energetyczna: 2704.22 kcal; Białko ogółem: 139.18 g; Tłuszcz: 102.53 g; Kw. tł. nasy.: 39.73 g; Węglowodany ogółem: 320.94 g; W tym cukry: 67.74 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sód: 2537.23 mg;	Wartość energetyczna: 2657.01 kcal; Białko ogółem: 146.33 g; Tłuszcz: 114.77 g; Kw. tł. nasy.: 50.45 g; Węglowodany ogółem: 276.46 g; W tym cukry: 32.18 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sód: 3309.50 mg;			

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II
2026-07-13 poniedziałek	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Jarzynowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 220 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Solferino * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 220 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowo-truskawkowy 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Solferino (bez mleka)*() 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowo-truskawkowy 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Solferino * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowo-truskawkowy 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g
	Wartość energetyczna: 2316.98 kcal; Białko ogółem: 70.09 g; Tłuszcz: 66.12 g; Kw. tł. nasy.: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 379.10 g; W tym cukry: 108.04 g; Błonnik pok.: 19.48 g; Sód: 1927.30 mg;	Wartość energetyczna: 2370.48 kcal; Białko ogółem: 70.39 g; Tłuszcz: 65.79 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 392.46 g; W tym cukry: 110.32 g; Błonnik pok.: 19.62 g; Sód: 1779.09 mg;	Wartość energetyczna: 2118.38 kcal; Białko ogółem: 53.34 g; Tłuszcz: 51.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.04 g; Węglowodany ogółem: 376.20 g; W tym cukry: 94.27 g; Błonnik pok.: 17.38 g; Sód: 1898.04 mg;	Wartość energetyczna: 1952.77 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 271.38 g; W tym cukry: 18.02 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sód: 2252.52 mg;	Wartość energetyczna: 2376.89 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz: 76.00 g; Kw. tł. nasy.: 33.35 g; Węglowodany ogółem: 358.48 g; W tym cukry: 87.94 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sód: 2232.03 mg;	Wartość energetyczna: 2430.39 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz: 75.67 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 371.85 g; W tym cukry: 90.21 g; Błonnik pok.: 20.73 g; Sód: 2083.82 mg;	Wartość energetyczna: 1981.70 kcal; Białko ogółem: 58.57 g; Tłuszcz: 63.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 307.78 g; W tym cukry: 38.35 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Sód: 2062.07 mg;

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II
2026-07-14 wtorek	Śniadanie Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szprot w sosie pomidorowym 80 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szprot w sosie pomidorowym 80 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Kapuśniak z kapusty młodej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 220 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kapuśniak z kapusty młodej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 220 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty młodej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kopytka ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kapuśniak z kapusty młodej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza gryczana 220 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml
	Wartość energetyczna: 2704.52 kcal; Białko ogółem: 103.43 g; Tłuszcz: 86.83 g; Kw. tł. nasy.: 37.51 g; Węglowodany ogółem: 395.55 g; W tym cukry: 103.67 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sód: 3902.12 mg;	Wartość energetyczna: 2478.00 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 72.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 371.75 g; W tym cukry: 71.28 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sód: 3785.63 mg;	Wartość energetyczna: 2202.94 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 341.61 g; W tym cukry: 69.80 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sód: 2635.17 mg;	Wartość energetyczna: 2215.40 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 73.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 311.37 g; W tym cukry: 31.26 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sód: 4020.86 mg;	Wartość energetyczna: 2521.83 kcal; Białko ogółem: 78.38 g; Tłuszcz: 78.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 391.95 g; W tym cukry: 108.99 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sód: 4012.17 mg;	Wartość energetyczna: 2340.81 kcal; Białko ogółem: 82.22 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 366.96 g; W tym cukry: 76.79 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sód: 3884.95 mg;	Wartość energetyczna: 2100.35 kcal; Białko ogółem: 77.37 g; Tłuszcz: 70.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.98 g; Węglowodany ogółem: 312.67 g; W tym cukry: 35.96 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sód: 4056.12 mg;

Oznaczenia alergenów:

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