

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Rogal maślany 50g. 2 [Por] x 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt				Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Rogal maślany 50g. 2 [Por] x 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty młodej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g 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 () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty młodej 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>) 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>) Ogórki małosolne 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>) 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>) Szyńska 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	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>) Ogórki małosolne 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,</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>) Salata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 2698.70 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 93.21 g; Kw. tł. nasy.: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 373.68 g; W tym cukry: 130.16 g; Błonnik pok.: 20.40 g; Sól: 5.58 g; WW: 35.27 Por; Ener z B.: 15.22 %; Ener z W.: 55.39 %; Ener. z T.: 31.08 %; Potas: 3768.73 mg; Sód: 2219.59 mg;	Wartość energetyczna: 2504.45 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 82.08 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 357.03 g; W tym cukry: 130.12 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 5.39 g; WW: 33.72 Por; Ener z B.: 15.26 %; Ener z W.: 57.02 %; Ener. z T.: 29.50 %; Potas: 3746.33 mg; Sód: 2142.82 mg;	Wartość energetyczna: 2480.55 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 76.25 g; Kw. tł. nasy.: 34.56 g; Węglowodany ogółem: 348.25 g; W tym cukry: 121.97 g; Błonnik pok.: 18.00 g; Sól: 4.13 g; WW: 33.00 Por; Ener z B.: 16.97 %; Ener z W.: 56.16 %; Ener. z T.: 27.67 %; Potas: 3293.93 mg; Sód: 1649.33 mg;	Wartość energetyczna: 2442.35 kcal; Białko ogółem: 97.49 g; Tłuszcz: 75.57 g; Kw. tł. nasy.: 35.30 g; Węglowodany ogółem: 348.25 g; W tym cukry: 121.97 g; Błonnik pok.: 18.00 g; Sól: 4.02 g; WW: 33.00 Por; Ener z B.: 15.97 %; Ener z W.: 57.03 %; Ener. z T.: 27.85 %; Potas: 3249.98 mg; Sód: 1602.98 mg;	Wartość energetyczna: 2160.26 kcal; Białko ogółem: 87.53 g; Tłuszcz: 62.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 317.96 g; W tym cukry: 93.72 g; Błonnik pok.: 19.14 g; Sól: 4.08 g; WW: 29.88 Por; Ener z B.: 16.21 %; Ener z W.: 58.88 %; Ener. z T.: 25.94 %; Potas: 2386.88 mg; Sód: 1633.54 mg;	Wartość energetyczna: 2071.39 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 260.70 g; W tym cukry: 36.55 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 7.44 g; WW: 23.57 Por; Ener z B.: 18.91 %; Ener z W.: 50.34 %; Ener. z T.: 34.30 %; Potas: 3143.88 mg; Sód: 2969.79 mg;	Wartość energetyczna: 2033.19 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 78.26 g; Kw. tł. nasy.: 37.39 g; Węglowodany ogółem: 260.70 g; W tym cukry: 36.55 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 7.33 g; WW: 23.57 Por; Ener z B.: 17.74 %; Ener z W.: 51.29 %; Ener. z T.: 34.64 %; Potas: 3099.93 mg; Sód: 2923.44 mg;

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II
2026-08-15 sobota	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>) 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		Płatki pszenne 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>) 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		Płatki pszenne 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>) 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	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>) 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	
	Obiad Selerowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Selerowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Selerowa z ziemniakami (bez mleka)*() 350 ml (<u>SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ,</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>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdzi, parz w osłonce niejadalnej) 140 g (<u>SOJ,</u>) Musztarda 15 g (<u>GOR,</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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata 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 drobiowa luksusowa z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SÓL,</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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Arbuz 150 g		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Arbuz 150 g		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 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	
	Wartość energetyczna: 2536.19 kcal; Białko ogółem: 94.93 g; Tłuszcz: 89.47 g; Kw. tł. nasy.: 37.77 g; Węglowodany ogółem: 357.29 g; W tym cukry: 97.44 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 10.46 g; WW: 32.98 Por; Ener z B.: 14.97 %; Ener z W.: 56.35 %; Ener. z T.: 31.75 %; Potas: 3945.05 mg; Sód: 4186.58 mg;		Wartość energetyczna: 2258.62 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 62.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 352.39 g; W tym cukry: 96.33 g; Błonnik pok.: 26.72 g; Sól: 8.14 g; WW: 32.52 Por; Ener z B.: 15.97 %; Ener z W.: 62.41 %; Ener. z T.: 25.09 %; Potas: 3705.96 mg; Sód: 3280.82 mg;		Wartość energetyczna: 2087.88 kcal; Białko ogółem: 80.49 g; Tłuszcz: 57.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 329.35 g; W tym cukry: 73.09 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 7.27 g; WW: 30.25 Por; Ener z B.: 15.42 %; Ener z W.: 63.10 %; Ener. z T.: 24.84 %; Potas: 3037.34 mg; Sód: 2939.88 mg;	Wartość energetyczna: 1929.73 kcal; Białko ogółem: 81.26 g; Tłuszcz: 59.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 291.34 g; W tym cukry: 24.18 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 8.84 g; WW: 26.24 Por; Ener z B.: 16.84 %; Ener z W.: 60.39 %; Ener. z T.: 27.57 %; Potas: 2905.05 mg; Sód: 3533.10 mg;	

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II
2026-08-16 niedziela	Śniadanie						
	Kasza manna 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 Krotoszyńska-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Kasza manna 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>) 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>) Pomidor 60 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>) 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	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>) Kielbasa Krotoszyńska-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad						
	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 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 makaronem (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 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 makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</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>) 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>) Sałata 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>) Twarożek z koperkiem 80 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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
PN	Brzoskwinia 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Brzoskwinia 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Brzoskwinia 1 szt 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2434.57 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 92.57 g; Kw. tł. nasy.: 45.21 g; Węglowodany ogółem: 322.37 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 8.07 g; WW: 29.80 Por; Ener z B.: 16.23 %; Ener z W.: 52.96 %; Ener. z T.: 34.22 %; Potas: 3543.68 mg; Sód: 3242.53 mg;		Wartość energetyczna: 2150.76 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 65.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.45 g; Węglowodany ogółem: 301.14 g; W tym cukry: 78.05 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 6.66 g; WW: 27.95 Por; Ener z B.: 19.30 %; Ener z W.: 56.01 %; Ener. z T.: 27.38 %; Potas: 3798.18 mg; Sód: 2672.17 mg;		Wartość energetyczna: 2022.06 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 290.40 g; W tym cukry: 70.15 g; Błonnik pok.: 20.39 g; Sól: 5.69 g; WW: 26.94 Por; Ener z B.: 18.85 %; Ener z W.: 57.45 %; Ener. z T.: 26.27 %; Potas: 3319.56 mg; Sód: 2287.46 mg;	Wartość energetyczna: 2016.92 kcal; Białko ogółem: 100.51 g; Tłuszcz: 73.27 g; Kw. tł. nasy.: 41.52 g; Węglowodany ogółem: 261.31 g; W tym cukry: 37.92 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 8.11 g; WW: 23.57 Por; Ener z B.: 19.93 %; Ener z W.: 51.82 %; Ener. z T.: 32.70 %; Potas: 3668.27 mg; Sód: 3254.68 mg;	

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II		
2026-08-17 poniedziałek	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>) 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 jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</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	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</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	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</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 b/skórki 60 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>) 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>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kopytka ziemniaczane () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pieczarkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kopytka ziemniaczane () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE,</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>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Roladka drobiowa z marchewką pieczona 150 g (<u>GLU PSZ,</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	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Roladka drobiowa z marchewką pieczona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (<u>MLE,</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt 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>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ogórek kiszony 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>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</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>) 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>) 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 5 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>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g					Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2,</u>) Pomidor 15 g			
		Wartość energetyczna: 2313.37 kcal; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 349.11 g; W tym cukry: 61.29 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sól: 10.48 g; WW: 32.66 Por; Ener z B.: 15.31 %; Ener z W.: 60.36 %; Ener. z T.: 27.32 %; Potas: 3122.51 mg; Sód: 4208.56 mg;	Wartość energetyczna: 2384.74 kcal; Białko ogółem: 103.25 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 353.46 g; W tym cukry: 68.75 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 10.34 g; WW: 32.88 Por; Ener z B.: 17.32 %; Ener z W.: 59.29 %; Ener. z T.: 26.45 %; Potas: 2546.38 mg; Sód: 4137.38 mg;	Wartość energetyczna: 2352.72 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz: 71.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.18 g; Węglowodany ogółem: 353.19 g; W tym cukry: 62.83 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 9.21 g; WW: 33.09 Por; Ener z B.: 15.33 %; Ener z W.: 60.05 %; Ener. z T.: 27.52 %; Potas: 3214.03 mg; Sód: 3701.71 mg;	Wartość energetyczna: 2392.44 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 353.79 g; W tym cukry: 69.19 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sól: 8.96 g; WW: 33.03 Por; Ener z B.: 17.33 %; Ener z W.: 59.15 %; Ener. z T.: 26.40 %; Potas: 2520.20 mg; Sód: 3588.93 mg;	Wartość energetyczna: 2137.38 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 57.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 322.43 g; W tym cukry: 46.54 g; Błonnik pok.: 20.81 g; Sól: 9.28 g; WW: 30.26 Por; Ener z B.: 18.51 %; Ener z W.: 60.34 %; Ener. z T.: 24.23 %; Potas: 1779.41 mg; Sód: 3720.27 mg;	Wartość energetyczna: 2049.90 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw. tł. nasy.: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 285.90 g; W tym cukry: 27.02 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 9.38 g; WW: 25.45 Por; Ener z B.: 21.26 %; Ener z W.: 55.79 %; Ener. z T.: 27.37 %; Potas: 2830.82 mg; Sód: 3753.38 mg;	Wartość energetyczna: 1941.98 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 59.38 g; Kw. tł. nasy.: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 281.38 g; W tym cukry: 31.80 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 8.49 g; WW: 25.66 Por; Ener z B.: 18.51 %; Ener z W.: 57.96 %; Ener. z T.: 27.52 %; Potas: 2123.85 mg; Sód: 3402.15 mg;		

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II	
2026-08-18 wtorek	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>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) 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>) 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>) 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		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>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos własny * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona z olejem 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>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona z olejem 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>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos własny * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salata zielona z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z marchewką * 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Salata zielona 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 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				Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkami wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, 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 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	Biszkopcy b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Jogurt naturalny 100 g (<u>MLE</u>)						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: 2559.25 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 87.35 g; Kw. tł. nasy.: 36.76 g; Węglowodany ogółem: 355.99 g; W tym cukry: 70.88 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 8.81 g; WW: 32.78 Por; Ener z B.: 16.66 %; Ener z W.: 55.64 %; Ener. z T.: 30.72 %; Potas: 3635.22 mg; Sód: 3526.10 mq;	Wartość energetyczna: 2257.13 kcal; Białko ogółem: 76.40 g; Tłuszcz: 72.66 g; Kw. tł. nasy.: 33.29 g; Węglowodany ogółem: 345.09 g; W tym cukry: 75.02 g; Błonnik pok.: 31.15 g; Sól: 8.19 g; WW: 31.40 Por; Ener z B.: 13.54 %; Ener z W.: 61.16 %; Ener. z T.: 28.97 %; Potas: 3368.31 mg; Sód: 3278.48 mq;	Wartość energetyczna: 2408.94 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Tłuszcz: 82.10 g; Kw. tł. nasy.: 35.03 g; Węglowodany ogółem: 338.32 g; W tym cukry: 69.22 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 8.00 g; WW: 31.37 Por; Ener z B.: 17.25 %; Ener z W.: 56.18 %; Ener. z T.: 30.67 %; Potas: 3113.81 mg; Sód: 3204.42 mq;	Wartość energetyczna: 2106.82 kcal; Białko ogółem: 73.71 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 327.42 g; W tym cukry: 73.36 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 7.38 g; WW: 30.00 Por; Ener z B.: 14.00 %; Ener z W.: 62.16 %; Ener. z T.: 28.80 %; Potas: 2846.90 mg; Sód: 2956.81 mq;	Wartość energetyczna: 2285.35 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 321.46 g; W tym cukry: 51.03 g; Błonnik pok.: 19.74 g; Sól: 6.77 g; WW: 30.18 Por; Ener z B.: 16.63 %; Ener z W.: 56.26 %; Ener. z T.: 30.22 %; Potas: 2490.57 mg; Sód: 2719.26 mq;	Wartość energetyczna: 2223.33 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 82.74 g; Kw. tł. nasy.: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 295.22 g; W tym cukry: 19.70 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 9.17 g; WW: 26.41 Por; Ener z B.: 17.52 %; Ener z W.: 53.11 %; Ener. z T.: 33.49 %; Potas: 3290.52 mg; Sód: 3667.93 mq;	Wartość energetyczna: 1921.21 kcal; Białko ogółem: 67.21 g; Tłuszcz: 68.06 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 284.31 g; W tym cukry: 23.84 g; Błonnik pok.: 33.70 g; Sól: 8.55 g; WW: 25.03 Por; Ener z B.: 13.99 %; Ener z W.: 59.20 %; Ener. z T.: 31.88 %; Potas: 3023.61 mg; Sód: 3420.32 mq;	

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II
2026-08-19 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<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 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet pożarski-drobiowy 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	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z truskawek* 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Żrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z truskawek* 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*() 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Żrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Żrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Mizeria () 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</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>) 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>) Sałata 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 Sałata zielona 25 g	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Brzoskwinia 1 szt 1 szt Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 15 g	
		Wartość energetyczna: 2868.65 kcal; Białko ogółem: 103.39 g; Tłuszcz: 113.59 g; Kw. tł. nasy.: 46.66 g; Węglowodany ogółem: 376.39 g; W tym cukry: 75.92 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 7.16 g; WW: 35.01 Por; Ener z B.: 14.42 %; Ener z W.: 52.48 %; Ener. z T.: 35.64 %; Potas: 4004.76 mg; Sód: 2856.14 ma;	Wartość energetyczna: 3013.00 kcal; Białko ogółem: 110.21 g; Tłuszcz: 97.50 g; Kw. tł. nasy.: 44.24 g; Węglowodany ogółem: 442.35 g; W tym cukry: 100.61 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 5.68 g; WW: 41.26 Por; Ener z B.: 14.63 %; Ener z W.: 58.72 %; Ener. z T.: 29.12 %; Potas: 2618.47 mg; Sód: 2271.57 ma;	Wartość energetyczna: 2294.32 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 63.56 g; Kw. tł. nasy.: 31.00 g; Węglowodany ogółem: 344.12 g; W tym cukry: 83.40 g; Błonnik pok.: 21.83 g; Sól: 6.23 g; WW: 32.24 Por; Ener z B.: 17.42 %; Ener z W.: 60.00 %; Ener. z T.: 24.93 %; Potas: 3907.36 mg; Sód: 2487.94 ma;	Wartość energetyczna: 2624.69 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 68.39 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 408.28 g; W tym cukry: 99.35 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 6.36 g; WW: 38.47 Por; Ener z B.: 16.53 %; Ener z W.: 62.22 %; Ener. z T.: 23.45 %; Potas: 2236.34 mg; Sód: 2543.41 ma;	Wartość energetyczna: 2070.12 kcal; Białko ogółem: 85.46 g; Tłuszcz: 54.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 323.90 g; W tym cukry: 67.88 g; Błonnik pok.: 22.21 g; Sól: 5.43 g; WW: 30.13 Por; Ener z B.: 16.51 %; Ener z W.: 62.58 %; Ener. z T.: 23.53 %; Potas: 3222.47 mg; Sód: 2177.58 ma;	Wartość energetyczna: 2238.47 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 90.97 g; Kw. tł. nasy.: 44.06 g; Węglowodany ogółem: 287.58 g; W tym cukry: 17.71 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 7.32 g; WW: 26.04 Por; Ener z B.: 16.02 %; Ener z W.: 51.39 %; Ener. z T.: 36.57 %; Potas: 3547.06 mg; Sód: 2923.57 ma;	Wartość energetyczna: 2661.21 kcal; Białko ogółem: 103.98 g; Tłuszcz: 95.63 g; Kw. tł. nasy.: 44.16 g; Węglowodany ogółem: 368.90 g; W tym cukry: 36.63 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 6.25 g; WW: 33.79 Por; Ener z B.: 15.63 %; Ener z W.: 55.45 %; Ener. z T.: 32.34 %; Potas: 2298.80 mg; Sód: 2501.06 ma;

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II
2026-08-20 czwartek	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>) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 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>) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) 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>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet ryżowy z włoszczyzną* 200 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>)	Ziemniaczana* () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (<u>SEL,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL,</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>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet ryżowy z włoszczyzną* 200 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) 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>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (<u>SEL,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Cukinia pieczona* 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>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet ryżowy z włoszczyzną* 200 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i selera b/c () 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet ryżowy z włoszczyzną* 200 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i selera b/c () 150 g (<u>MLE, SEL,</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 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,</u> <u>może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02,</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>) 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,</u> <u>może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02,</u>) Pomidor b/skórki 60 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,</u> <u>może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Biskopki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Biskopki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2441.88 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 80.11 g; Kw. tł. nasy.: 36.73 g; Węglowodany ogółem: 345.60 g; W tym cukry: 75.71 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 7.25 g; WW: 31.97 Por; Ener z B.: 16.74 %; Ener z W.: 56.61 %; Ener. z T.: 29.53 %; Potas: 4480.87 mg; Sód: 2917.60 mg;	Wartość energetyczna: 2518.51 kcal; Białko ogółem: 87.16 g; Tłuszcz: 60.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 424.35 g; W tym cukry: 81.93 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 8.25 g; WW: 39.64 Por; Ener z B.: 13.84 %; Ener z W.: 67.40 %; Ener. z T.: 21.73 %; Potas: 4414.51 mg; Sód: 3302.33 mg;	Wartość energetyczna: 2409.63 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 35.73 g; Węglowodany ogółem: 356.78 g; W tym cukry: 72.21 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 6.39 g; WW: 33.12 Por; Ener z B.: 15.70 %; Ener z W.: 59.23 %; Ener. z T.: 27.77 %; Potas: 3541.67 mg; Sód: 2571.96 mg;	Wartość energetyczna: 2466.12 kcal; Białko ogółem: 83.35 g; Tłuszcz: 60.08 g; Kw. tł. nasy.: 32.85 g; Węglowodany ogółem: 414.56 g; W tym cukry: 71.54 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 7.69 g; WW: 38.85 Por; Ener z B.: 13.52 %; Ener z W.: 67.24 %; Ener. z T.: 21.93 %; Potas: 4007.11 mg; Sód: 3081.68 mg;	Wartość energetyczna: 2160.92 kcal; Białko ogółem: 81.05 g; Tłuszcz: 65.03 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 327.72 g; W tym cukry: 71.54 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 5.90 g; WW: 30.34 Por; Ener z B.: 15.00 %; Ener z W.: 60.66 %; Ener. z T.: 27.09 %; Potas: 3397.95 mg; Sód: 2380.29 mg;	Wartość energetyczna: 2127.16 kcal; Białko ogółem: 84.80 g; Tłuszcz: 69.46 g; Kw. tł. nasy.: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 309.78 g; W tym cukry: 36.09 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 6.77 g; WW: 27.48 Por; Ener z B.: 15.95 %; Ener z W.: 58.25 %; Ener. z T.: 29.39 %; Potas: 3625.47 mg; Sód: 2718.33 mg;	Wartość energetyczna: 2180.86 kcal; Białko ogółem: 73.42 g; Tłuszcz: 54.15 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 370.99 g; W tym cukry: 34.26 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sól: 8.06 g; WW: 34.05 Por; Ener z B.: 13.47 %; Ener z W.: 68.04 %; Ener. z T.: 22.34 %; Potas: 3986.60 mg; Sód: 3225.25 mg;

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II
2026-08-21 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (<u>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 2 szt Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt				Płatki pszenne 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 2 szt Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g 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>) 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>) 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>) 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>) Sałata 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 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	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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)					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: 2629.50 kcal; Białko ogółem: 111.79 g; Tłuszcz: 81.77 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 374.85 g; W tym cukry: 121.53 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 4.81 g; WW: 34.99 Por; Ener z B.: 17.01 %; Ener z W.: 57.02 %; Ener. z T.: 27.99 %; Potas: 4420.83 mg; Sód: 2085.36 mg;	Wartość energetyczna: 2442.66 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 368.15 g; W tym cukry: 133.62 g; Błonnik pok.: 22.97 g; Sól: 4.77 g; WW: 34.47 Por; Ener z B.: 16.44 %; Ener z W.: 60.29 %; Ener. z T.: 25.30 %; Potas: 4321.33 mg; Sód: 2064.39 mg;	Wartość energetyczna: 2511.43 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 356.02 g; W tym cukry: 121.15 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 4.48 g; WW: 33.71 Por; Ener z B.: 16.86 %; Ener z W.: 56.70 %; Ener. z T.: 27.96 %; Potas: 4108.17 mg; Sód: 1957.98 mg;	Wartość energetyczna: 2452.16 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; Węglowodany ogółem: 368.65 g; W tym cukry: 133.72 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 4.44 g; WW: 34.62 Por; Ener z B.: 16.47 %; Ener z W.: 60.13 %; Ener. z T.: 25.23 %; Potas: 4309.33 mg; Sód: 1936.39 mg;	Wartość energetyczna: 2168.29 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 64.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 320.22 g; W tym cukry: 92.95 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sól: 4.39 g; WW: 29.93 Por; Ener z B.: 16.40 %; Ener z W.: 59.07 %; Ener. z T.: 26.75 %; Potas: 3234.28 mg; Sód: 1754.61 mg;	Wartość energetyczna: 2076.74 kcal; Białko ogółem: 99.64 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 277.54 g; W tym cukry: 31.49 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sól: 6.47 g; WW: 24.63 Por; Ener z B.: 19.19 %; Ener z W.: 53.46 %; Ener. z T.: 31.61 %; Potas: 3866.39 mg; Sód: 2581.60 mg;	Wartość energetyczna: 1877.94 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 59.84 g; Kw. tł. nasy.: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 267.84 g; W tym cukry: 40.59 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 6.43 g; WW: 23.82 Por; Ener z B.: 18.80 %; Ener z W.: 57.05 %; Ener. z T.: 28.68 %; Potas: 3766.83 mg; Sód: 2560.60 mg;

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II
2026-08-22 sobota	Śniadanie Ryż na mleku 350 ml (MLE) 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Ryż na mleku 350 ml (MLE) 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Fasolka po bretońsku 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Selerowa z ziemniakami (*) 350 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko . 220 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Selerowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (SEL) Kasza jęczmienna/sypko . 220 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko . 220 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g 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) Leczo z drobiem-dieta () 200 g 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Sałata zielona 25 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) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) 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) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Miód (25g) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 15 g (MLE) Pomidor 15 g	
	Wartość energetyczna: 2943.86 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 88.24 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 440.40 g; W tym cukry: 101.46 g; Błonnik pok.: 39.07 g; Sól: 10.04 g; WW: 40.06 Por; Ener z B.: 13.20 %; Ener z W.: 59.84 %; Ener. z T.: 26.98 %; Potas: 3868.98 mg; Sód: 4023.87 mg;		Wartość energetyczna: 2694.91 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz: 85.69 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 372.75 g; W tym cukry: 94.39 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 7.31 g; WW: 34.83 Por; Ener z B.: 14.50 %; Ener z W.: 55.33 %; Ener. z T.: 28.62 %; Potas: 3193.68 mg; Sód: 2930.44 mg;		Wartość energetyczna: 2516.52 kcal; Białko ogółem: 90.50 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 358.78 g; W tym cukry: 77.83 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 6.40 g; WW: 33.68 Por; Ener z B.: 14.38 %; Ener z W.: 57.03 %; Ener. z T.: 26.58 %; Potas: 2714.25 mg; Sód: 2567.36 mg;	Wartość energetyczna: 2243.59 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 78.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.77 g; Węglowodany ogółem: 309.81 g; W tym cukry: 26.40 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sól: 8.12 g; WW: 27.61 Por; Ener z B.: 17.30 %; Ener z W.: 55.24 %; Ener. z T.: 31.61 %; Potas: 3083.92 mg; Sód: 3241.49 mg;	

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II
2026-08-23 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW,) 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,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE,) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW,) 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,) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,) 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 (SEL, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE,) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW,) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE,) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 220 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 200 g Surówka z kapusty białej z olejem (, 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 220 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 220 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Rosół z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c (, 150 g 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,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ,) Pomidor 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,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ,) 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ,) 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,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Kiwi 1 szt 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Banan 1szt. 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Banan 1szt. 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Kiwi 1 szt 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2924.35 kcal; Białko ogółem: 163.59 g; Tłuszcz: 117.24 g; Kw. tł. nasy.: 43.56 g; Węglowodany ogółem: 321.51 g; W tym cukry: 74.81 g; Błonnik pok.: 22.53 g; Sól: 7.11 g; WW: 30.06 Por; Ener z B.: 22.38 %; Ener z W.: 43.98 %; Ener. z T.: 36.08 %; Potas: 3522.52 mg; Sód: 2843.43 mq;		Wartość energetyczna: 2956.27 kcal; Białko ogółem: 165.12 g; Tłuszcz: 108.45 g; Kw. tł. nasy.: 42.96 g; Węglowodany ogółem: 345.88 g; W tym cukry: 98.20 g; Błonnik pok.: 20.36 g; Sól: 7.01 g; WW: 32.66 Por; Ener z B.: 22.34 %; Ener z W.: 46.80 %; Ener. z T.: 33.02 %; Potas: 4079.38 mg; Sód: 2803.18 mq;		Wartość energetyczna: 2810.47 kcal; Białko ogółem: 157.45 g; Tłuszcz: 102.63 g; Kw. tł. nasy.: 39.40 g; Węglowodany ogółem: 327.98 g; W tym cukry: 82.39 g; Błonnik pok.: 18.11 g; Sól: 6.04 g; WW: 31.10 Por; Ener z B.: 22.41 %; Ener z W.: 46.68 %; Ener. z T.: 32.86 %; Potas: 3473.63 mg; Sód: 2421.95 mq;	Wartość energetyczna: 2610.50 kcal; Białko ogółem: 155.40 g; Tłuszcz: 108.55 g; Kw. tł. nasy.: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 269.94 g; W tym cukry: 31.13 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 7.16 g; WW: 24.04 Por; Ener z B.: 23.81 %; Ener z W.: 41.36 %; Ener. z T.: 37.43 %; Potas: 3432.66 mg; Sód: 2865.45 mq;	

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,*