

		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
2026-07-15 środa	Śniadanie	Ryż 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt				Ryż 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>) Serek homo. naturalny 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	Ryż 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet z udźca drobiowego 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sałata zielona z kefirem 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sałata zielona z kefirem 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sałata zielona z kefirem 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Kotlet z jaj-pieczony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sałata zielona z kefirem 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 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>) 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 60 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 25g 1 szt					Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>) Sałata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 2648.72 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 85.88 g; Kw. tł. nasy.: 37.99 g; Węglowodany ogółem: 356.93 g; W tym cukry: 92.22 g; Błonnik pok.: 19.61 g; Sód: 2678.26 mg;	Wartość energetyczna: 2505.73 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 74.04 g; Kw. tł. nasy.: 37.47 g; Węglowodany ogółem: 341.62 g; W tym cukry: 92.51 g; Błonnik pok.: 18.48 g; Sód: 2714.68 mg;	Wartość energetyczna: 2541.88 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 77.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 342.01 g; W tym cukry: 93.67 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sód: 2615.60 mg;	Wartość energetyczna: 2503.31 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 78.68 g; Kw. tł. nasy.: 37.99 g; Węglowodany ogółem: 342.61 g; W tym cukry: 93.67 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sód: 2571.10 mg;	Wartość energetyczna: 2228.82 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 300.89 g; W tym cukry: 59.07 g; Błonnik pok.: 14.81 g; Sód: 2297.43 mg;	Wartość energetyczna: 1873.36 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 261.13 g; W tym cukry: 28.70 g; Błonnik pok.: 20.88 g; Sód: 2709.70 mg;	Wartość energetyczna: 2119.97 kcal; Białko ogółem: 85.24 g; Tłuszcz: 77.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 289.15 g; W tym cukry: 28.66 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sód: 2677.89 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	
2026-07-16 czwartek	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>) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 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 drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 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 drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem 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 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 luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.</u>) Rzodkiewka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 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	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<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	Barszcz czerwony z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 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	Barszcz ukraiński z ziemniakami (bez mleka) ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 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	Barszcz ukraiński z ziemniakami ()* b/c 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ()* b/c 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 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>) Paszтет z ciecierzycy* 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>) 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 miesa 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		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>) Paszтет z ciecierzycy* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)					Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2677.82 kcal; Białko ogółem: 78.45 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kw. tł. nasy.: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 411.99 g; W tym cukry: 122.05 g; Błonnik pok.: 38.91 g; Sód: 2605.98 mg;	Wartość energetyczna: 2606.49 kcal; Białko ogółem: 74.10 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.42 g; Węglowodany ogółem: 420.10 g; W tym cukry: 122.51 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sód: 1872.51 mg;	Wartość energetyczna: 2501.92 kcal; Białko ogółem: 79.06 g; Tłuszcz: 73.73 g; Kw. tł. nasy.: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 385.51 g; W tym cukry: 118.66 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sód: 2506.53 mg;	Wartość energetyczna: 2432.04 kcal; Białko ogółem: 72.80 g; Tłuszcz: 60.60 g; Kw. tł. nasy.: 30.94 g; Węglowodany ogółem: 399.37 g; W tym cukry: 121.10 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sód: 2296.10 mg;	Wartość energetyczna: 2277.11 kcal; Białko ogółem: 79.10 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 342.09 g; W tym cukry: 78.23 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sód: 2141.39 mg;	Wartość energetyczna: 2274.11 kcal; Białko ogółem: 68.91 g; Tłuszcz: 79.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 335.28 g; W tym cukry: 51.92 g; Błonnik pok.: 40.08 g; Sód: 2619.84 mg;	Wartość energetyczna: 2204.35 kcal; Białko ogółem: 65.12 g; Tłuszcz: 67.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 344.15 g; W tym cukry: 57.06 g; Błonnik pok.: 35.71 g; Sód: 1932.80 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
2026-07-17 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>) Miód (25g) 2 szt Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</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>) Miód (25g) 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 pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>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		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>) Ogórki małosolne 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Mus z jabłek prażonych 50 g Biskopky 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u>)				Mus z jabłek prażonych 100 g Biskopky 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</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: 2614.37 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 82.02 g; Kw. tł. nasy.: 34.22 g; Węglowodany ogółem: 380.68 g; W tym cukry: 145.58 g; Błonnik pok.: 16.38 g; Sód: 2205.67 mg;	Wartość energetyczna: 2576.17 kcal; Białko ogółem: 96.26 g; Tłuszcz: 81.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.97 g; Węglowodany ogółem: 380.68 g; W tym cukry: 145.58 g; Błonnik pok.: 16.38 g; Sód: 2159.32 mg;	Wartość energetyczna: 2552.27 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 75.51 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 371.90 g; W tym cukry: 137.43 g; Błonnik pok.: 10.95 g; Sód: 1665.83 mg;	Wartość energetyczna: 2514.07 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 74.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 371.90 g; W tym cukry: 137.43 g; Błonnik pok.: 10.95 g; Sód: 1619.48 mg;	Wartość energetyczna: 2286.48 kcal; Białko ogółem: 88.37 g; Tłuszcz: 61.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 354.61 g; W tym cukry: 114.83 g; Błonnik pok.: 13.13 g; Sód: 1658.04 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.: 22.78 g; 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.: 22.78 g; 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
2026-07-18 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>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g 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>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g 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>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g 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>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g 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 droбно rozdr wędz. parz. w osłonie niejadalnej) 140 g (<u>SOJ,</u>) Musztarda 15 g (<u>GOR,</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>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR,</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 drobiowa luksusowa z fileta- wędliną drobiową parzona z dodatkiem 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 dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR,</u>) Salata 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: 2425.76 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz: 86.80 g; Kw. tł. nasy.: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 336.17 g; W tym cukry: 98.78 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sód: 4181.35 mg;		Wartość energetyczna: 2215.74 kcal; Białko ogółem: 86.55 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kw. tł. nasy.: 32.43 g; Węglowodany ogółem: 331.25 g; W tym cukry: 97.16 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sód: 3389.35 mg;		Wartość energetyczna: 1977.45 kcal; Białko ogółem: 68.00 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 308.23 g; W tym cukry: 74.16 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sód: 2291.84 mg;	Wartość energetyczna: 1886.85 kcal; Białko ogółem: 77.66 g; Tłuszcz: 64.67 g; Kw. tł. nasy.: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 270.20 g; W tym cukry: 25.01 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sód: 3641.64 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
2026-07-19 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 pol. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2,</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 pol. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2,</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>) 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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</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>) 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 Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jabłko 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>) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2459.57 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 92.97 g; Kw. tł. nasy.: 45.25 g; Węglowodany ogółem: 328.62 g; W tym cukry: 88.63 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sód: 3242.53 mg;		Wartość energetyczna: 2175.76 kcal; Białko ogółem: 103.39 g; Tłuszcz: 65.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 307.39 g; W tym cukry: 84.90 g; Błonnik pok.: 22.33 g; 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; Sód: 2287.46 mg;	Wartość energetyczna: 2041.92 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 73.67 g; Kw. tł. nasy.: 41.56 g; Węglowodany ogółem: 267.56 g; W tym cukry: 44.77 g; Błonnik pok.: 25.30 g; 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
2026-07-20 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 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>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt 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 wieprzowy 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>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jablko pieczone 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>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 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>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt 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>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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 jogurtowy naturalny 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>) 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Salata 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 Chrupki kukurydziane 20 g						Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków miesa 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOJ.</u>) Pomidor 15 g
			Wartość energetyczna: 2484.37 kcal; Białko ogółem: 98.56 g; Tłuszcz: 70.14 g; Kw. tł. nasy.: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 378.13 g; W tym cukry: 100.34 g; Błonnik pok.: 17.54 g; Sód: 4342.92 mg;	Wartość energetyczna: 2388.94 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 73.14 g; Kw. tł. nasy.: 34.13 g; Węglowodany ogółem: 344.40 g; W tym cukry: 68.33 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sód: 4111.40 mg;	Wartość energetyczna: 2507.07 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.72 g; Węglowodany ogółem: 382.46 g; W tym cukry: 104.53 g; Błonnik pok.: 18.52 g; Sód: 3796.27 mg;	Wartość energetyczna: 2396.64 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 344.73 g; W tym cukry: 68.77 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sód: 3562.95 mg;	Wartość energetyczna: 2247.35 kcal; Białko ogółem: 82.99 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 354.30 g; W tym cukry: 82.51 g; Błonnik pok.: 14.77 g; Sód: 3984.17 mg;	Wartość energetyczna: 2113.26 kcal; Białko ogółem: 100.53 g; Tłuszcz: 71.15 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 290.14 g; W tym cukry: 25.55 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sód: 3736.97 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
2026-07-21 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 dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ.</u> .) Ogórki małosolne 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> .) Szyńka 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		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> .) Szyńka 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 dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ.</u> .) Ogórki małosolne 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> .) Dymia 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> .) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u> .) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL.</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> .) 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> .) Dymia 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	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> .) Dymia 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	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> .) Dymia 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> .) Surówka z selera i jabłka () b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u> .) 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> .) Surówka z selera i jabłka () 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> .) Leczo z drobiem-dieta () 300 g 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> .) Szyńka 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> .) Szyńka drobiowa luksusowa z fileta-wędliną drobiową parzona z dodatkiem 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> .) Szyńka 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	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</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: 2675.41 kcal; Białko ogółem: 114.94 g; Tłuszcz: 91.67 g; Kw. tł. nasy.: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 370.37 g; W tym cukry: 81.18 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sód: 3398.24 mg;	Wartość energetyczna: 2362.33 kcal; Białko ogółem: 85.09 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 360.84 g; W tym cukry: 88.70 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sód: 3238.69 mg;	Wartość energetyczna: 2395.68 kcal; Białko ogółem: 103.64 g; Tłuszcz: 82.22 g; Kw. tł. nasy.: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 338.94 g; W tym cukry: 76.02 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sód: 3180.22 mg;	Wartość energetyczna: 2093.56 kcal; Białko ogółem: 73.46 g; Tłuszcz: 67.54 g; Kw. tł. nasy.: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 328.04 g; W tym cukry: 80.16 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sód: 2932.60 mg;	Wartość energetyczna: 2254.15 kcal; Białko ogółem: 84.08 g; Tłuszcz: 76.43 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; Węglowodany ogółem: 321.76 g; W tym cukry: 59.47 g; Błonnik pok.: 19.74 g; Sód: 2136.45 mg;	Wartość energetyczna: 2220.23 kcal; Białko ogółem: 97.13 g; Tłuszcz: 82.65 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 293.95 g; W tym cukry: 19.27 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sód: 4055.50 mg;	Wartość energetyczna: 1918.11 kcal; Białko ogółem: 66.94 g; Tłuszcz: 67.96 g; Kw. tł. nasy.: 32.10 g; Węglowodany ogółem: 283.04 g; W tym cukry: 23.40 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sód: 3807.88 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
2026-07-22 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 Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</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	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 Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</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	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</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>) 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>) 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		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 Salata 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>) Salata 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; Sód: 2856.14 mg;	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; Sód: 2271.57 mg;	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; Sód: 2487.94 mg;	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; Sód: 2543.41 mg;	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; Sód: 2177.58 mg;	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; Sód: 2923.57 mg;	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; Sód: 2501.06 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	
2026-07-23 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>) Pomidor 60 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>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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 pomidorowy 100 ml (<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 Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>)	Ziemniaczana * () 350 ml Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ryż na sypko 220 g Sos pomidorowy 100 ml (<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	Ziemniaczana * () 350 ml Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet ryżowy z włoszczyzną* 200 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<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	Ziemniaczana *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ryż na sypko 220 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</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 Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</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 Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet ryżowy z włoszczyzną* 200 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</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 pol. kawałków mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, 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 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>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Jabłko 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>)	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Wartość energetyczna: 2588.94 kcal; Białko ogółem: 93.68 g; Tłuszcz: 75.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.40 g; Węglowodany ogółem: 412.25 g; W tym cukry: 95.91 g; Błonnik pok.: 42.67 g; Sód: 4109.99 mg;	Wartość energetyczna: 2544.15 kcal; Białko ogółem: 86.89 g; Tłuszcz: 60.29 g; Kw. tł. nasy.: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 434.80 g; W tym cukry: 102.19 g; Błonnik pok.: 34.57 g; Sód: 3414.13 mg;	Wartość energetyczna: 2291.89 kcal; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kw. tł. nasy.: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 340.25 g; W tym cukry: 88.13 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sód: 2595.98 mg;	Wartość energetyczna: 2299.74 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 58.27 g; Kw. tł. nasy.: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 382.77 g; W tym cukry: 90.56 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sód: 2992.39 mg;	Wartość energetyczna: 2273.49 kcal; Białko ogółem: 84.53 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.67 g; Węglowodany ogółem: 357.55 g; W tym cukry: 73.49 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sód: 2617.01 mg;	Wartość energetyczna: 2012.23 kcal; Białko ogółem: 80.85 g; Tłuszcz: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 292.29 g; W tym cukry: 50.15 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sód: 2737.73 mg;	Wartość energetyczna: 2016.56 kcal; Białko ogółem: 68.39 g; Tłuszcz: 52.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 339.12 g; W tym cukry: 52.04 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sód: 3130.61 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-15 do dnia 2026-07-24 KUCHNIA LUBLIN USD

		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
2026-07-24 piątek	Śniadanie	Platki kukurydziane na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Bułka maślana 50g 2 szt (<i>GLU PSZ, JAJ, MLE</i>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<i>MLE</i>) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</i>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt					Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<i>GLU PSZ, SEL</i>) Bułka maślana 50g 2 szt (<i>GLU PSZ, JAJ, MLE</i>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<i>MLE</i>) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<i>GLU PSZ, SEL</i>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<i>MLE</i>) Serek homo. naturalny 80 g (<i>MLE</i>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml (<i>GLU PSZ, SEL</i>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<i>RYB</i>) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<i>RYB</i>) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<i>MLE</i>) 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 (<i>GLU PSZ, SEL</i>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<i>RYB</i>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<i>GLU PSZ</i>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml (<i>GLU PSZ, SEL</i>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<i>RYB</i>) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 350 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<i>MLE</i>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<i>JAJ</i>) 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 (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<i>GLU PSZ</i>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<i>MLE</i>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<i>JAJ</i>) 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 (<i>GLU PSZ</i>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<i>MLE</i>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<i>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<i>MLE</i>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<i>JAJ</i>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g					Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>) Masło extra 82% 5 g (<i>MLE</i>) Twaróg półtłusty 20 g (<i>MLE</i>) Pomidor 15 g	
		Wartość energetyczna: 2692.11 kcal; Białko ogółem: 110.83 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 398.97 g; W tym cukry: 134.43 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sód: 2215.14 mg;	Wartość energetyczna: 2487.78 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 68.53 g; Kw. tł. nasy.: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 379.64 g; W tym cukry: 133.96 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sód: 2117.98 mg;	Wartość energetyczna: 2574.05 kcal; Białko ogółem: 104.90 g; Tłuszcz: 76.03 g; Kw. tł. nasy.: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 380.14 g; W tym cukry: 134.06 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sód: 2087.76 mg;	Wartość energetyczna: 2497.28 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 380.14 g; W tym cukry: 134.06 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sód: 1989.98 mg;	Wartość energetyczna: 2213.40 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 331.71 g; W tym cukry: 93.28 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sód: 1808.20 mg;	Wartość energetyczna: 2139.39 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 297.83 g; W tym cukry: 39.79 g; Błonnik pok.: 34.14 g; Sód: 2713.74 mg;	Wartość energetyczna: 1935.05 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 59.80 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 278.51 g; W tym cukry: 39.32 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sód: 2616.59 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,