

		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
2026-08-24 poniedziałek	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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 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>) 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		Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Naleśniki ze szpinakiem i serem białym 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, 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	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 220 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g 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	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron ze szpinakiem i serem białym 300 g (<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	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 220 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g 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	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 220 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) 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>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g 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	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) b/c 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</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>) Serek homo z natką pietruszki 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>) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Sok owocowo-warzywny 200 ml Biskopki 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)					Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2449.30 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz: 71.78 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 382.29 g; W tym cukry: 89.02 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sól: 6.48 g; WW: 35.42 Por; Ener. z B.: 15.58 %; Ener. z W.: 62.43 %; Ener. z T.: 26.37 %; Potas: 3311.82 mg; Sód: 2584.84 mg;	Wartość energetyczna: 2519.89 kcal; Białko ogółem: 115.35 g; Tłuszcz: 63.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 397.57 g; W tym cukry: 84.91 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 6.78 g; WW: 37.07 Por; Ener. z B.: 18.31 %; Ener. z W.: 63.11 %; Ener. z T.: 22.78 %; Potas: 3629.19 mg; Sód: 2701.00 mg;	Wartość energetyczna: 2374.02 kcal; Białko ogółem: 94.64 g; Tłuszcz: 58.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 392.02 g; W tym cukry: 82.10 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sól: 6.09 g; WW: 36.71 Por; Ener. z B.: 15.95 %; Ener. z W.: 66.05 %; Ener. z T.: 22.14 %; Potas: 3172.97 mg; Sód: 2431.70 mg;	Wartość energetyczna: 2528.78 kcal; Białko ogółem: 114.29 g; Tłuszcz: 63.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 399.54 g; W tym cukry: 80.87 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sól: 6.45 g; WW: 37.56 Por; Ener. z B.: 18.08 %; Ener. z W.: 63.20 %; Ener. z T.: 22.58 %; Potas: 3613.69 mg; Sód: 2570.53 mg;	Wartość energetyczna: 2202.22 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Tłuszcz: 56.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.15 g; Węglowodany ogółem: 348.01 g; W tym cukry: 56.74 g; Błonnik pok.: 18.62 g; Sól: 4.94 g; WW: 32.87 Por; Ener. z B.: 17.03 %; Ener. z W.: 63.21 %; Ener. z T.: 23.09 %; Potas: 2515.28 mg; Sód: 1983.83 mg;	Wartość energetyczna: 2215.89 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 60.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 328.25 g; W tym cukry: 49.21 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 6.73 g; WW: 28.99 Por; Ener. z B.: 19.65 %; Ener. z W.: 59.25 %; Ener. z T.: 24.70 %; Potas: 3958.28 mg; Sód: 2699.38 mg;	Wartość energetyczna: 2010.24 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 53.38 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 317.34 g; W tym cukry: 48.17 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sól: 6.31 g; WW: 28.32 Por; Ener. z B.: 17.50 %; Ener. z W.: 63.14 %; Ener. z T.: 23.90 %; Potas: 3289.83 mg; Sód: 2535.71 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	
2026-08-25 wtorek	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>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wędzowanych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ,</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>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02,</u>) 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Kotlet drobiowy panierowany z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) 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	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</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	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos własny * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) 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	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos własny * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) 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	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () b/c 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () b/c 150 g (<u>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 () 350 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>) 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		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>) Ogórek kwaszony małosolny 60 g (<u>GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podpiomyki 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>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 5 g	
			Wartość energetyczna: 2563.91 kcal; Białko ogółem: 105.40 g; Tłuszcz: 92.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 345.12 g; W tym cukry: 78.96 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 8.30 g; WW: 31.65 Por; Ener. z B.: 16.44 %; Ener. z W.: 53.84 %; Ener. z T.: 32.39 %; Potas: 4352.05 mg; Sód: 3343.01 mg;	Wartość energetyczna: 2376.26 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 78.87 g; Kw. tł. nasy.: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 342.23 g; W tym cukry: 83.38 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 8.44 g; WW: 31.17 Por; Ener. z B.: 15.52 %; Ener. z W.: 57.61 %; Ener. z T.: 29.87 %; Potas: 4379.50 mg; Sód: 3398.52 mg;	Wartość energetyczna: 2177.02 kcal; Białko ogółem: 97.22 g; Tłuszcz: 71.38 g; Kw. tł. nasy.: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 306.79 g; W tym cukry: 66.65 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sól: 8.73 g; WW: 28.65 Por; Ener. z B.: 17.86 %; Ener. z W.: 56.37 %; Ener. z T.: 29.51 %; Potas: 3432.36 mg; Sód: 3512.74 mg;	Wartość energetyczna: 2137.16 kcal; Białko ogółem: 78.37 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 318.19 g; W tym cukry: 71.02 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 8.88 g; WW: 29.48 Por; Ener. z B.: 14.67 %; Ener. z W.: 59.55 %; Ener. z T.: 29.81 %; Potas: 3327.75 mg; Sód: 3569.34 mg;	Wartość energetyczna: 2023.98 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; Tłuszcz: 65.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 292.88 g; W tym cukry: 53.63 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 8.56 g; WW: 27.00 Por; Ener. z B.: 17.20 %; Ener. z W.: 57.88 %; Ener. z T.: 29.11 %; Potas: 3024.39 mg; Sód: 3442.47 mg;	Wartość energetyczna: 1941.47 kcal; Białko ogółem: 90.98 g; Tłuszcz: 72.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 257.83 g; W tym cukry: 20.68 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 11.56 g; WW: 23.26 Por; Ener. z B.: 18.75 %; Ener. z W.: 53.12 %; Ener. z T.: 33.38 %; Potas: 3151.53 mg; Sód: 4618.31 mg;	Wartość energetyczna: 1901.60 kcal; Białko ogółem: 72.14 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.69 g; Węglowodany ogółem: 269.23 g; W tym cukry: 25.05 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sól: 11.71 g; WW: 24.09 Por; Ener. z B.: 15.17 %; Ener. z W.: 56.63 %; Ener. z T.: 33.81 %; Potas: 3046.92 mg; Sód: 4674.91 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
2026-08-26 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>) Hummus z ciecierzycy 80 g Papryka świeża 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>) 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 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>) Hummus z ciecierzycy 80 g Papryka świeża 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU PSZ, JECZ,</u>) Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Salata zielona z jogurtem 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Kopytka ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Salata zielona z jogurtem 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU PSZ, JECZ,</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kopytka ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) 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	Wielowarzywna z ziemniakami * (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU PSZ, JECZ,</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, 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	Kapuśniak z kapusty białej * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU PSZ, JECZ,</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Salata zielona z jogurtem 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Kopytka ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Salata zielona z jogurtem 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 80 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>) Serek homo. naturalny 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Banan 1szt. 1 szt					Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Jablko pieczone 1szt. 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2932.54 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 104.54 g; Kw. tł. nasy.: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 415.56 g; W tym cukry: 110.08 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 6.20 g; WW: 38.77 Por; Ener. z B.: 13.70 %; Ener. z W.: 56.68 %; Ener. z T.: 32.08 %; Potas: 3674.71 mg; Sód: 2466.72 mg;	Wartość energetyczna: 2684.29 kcal; Białko ogółem: 83.53 g; Tłuszcz: 85.52 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 411.63 g; W tym cukry: 115.98 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 6.69 g; WW: 38.56 Por; Ener. z B.: 12.45 %; Ener. z W.: 61.34 %; Ener. z T.: 28.67 %; Potas: 4422.94 mg; Sód: 2683.23 mg;	Wartość energetyczna: 2678.64 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 85.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.94 g; Węglowodany ogółem: 391.41 g; W tym cukry: 104.93 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 6.88 g; WW: 36.89 Por; Ener. z B.: 15.16 %; Ener. z W.: 58.45 %; Ener. z T.: 28.70 %; Potas: 3826.72 mg; Sód: 2750.62 mg;	Wartość energetyczna: 2565.98 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 74.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 400.86 g; W tym cukry: 110.94 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 7.57 g; WW: 37.90 Por; Ener. z B.: 13.58 %; Ener. z W.: 62.49 %; Ener. z T.: 26.22 %; Potas: 4612.95 mg; Sód: 3047.26 mg;	Wartość energetyczna: 2300.60 kcal; Białko ogółem: 84.38 g; Tłuszcz: 75.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 336.57 g; W tym cukry: 58.52 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 6.44 g; WW: 31.29 Por; Ener. z B.: 14.67 %; Ener. z W.: 58.52 %; Ener. z T.: 29.52 %; Potas: 2506.52 mg; Sód: 2581.61 mg;	Wartość energetyczna: 2205.40 kcal; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 82.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.60 g; Węglowodany ogółem: 304.87 g; W tym cukry: 39.80 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sól: 5.86 g; WW: 27.46 Por; Ener. z B.: 15.03 %; Ener. z W.: 55.29 %; Ener. z T.: 33.51 %; Potas: 2905.26 mg; Sód: 2356.50 mg;	Wartość energetyczna: 2132.34 kcal; Białko ogółem: 68.50 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 314.31 g; W tym cukry: 45.81 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 6.55 g; WW: 28.47 Por; Ener. z B.: 12.85 %; Ener. z W.: 58.96 %; Ener. z T.: 32.01 %; Potas: 3691.49 mg; Sód: 2653.13 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-24 do dnia 2026-09-02 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
2026-08-27	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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		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>) Twarożek z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</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>) 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>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z tofu marchewką selerem naciowym 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, SEZ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z tofu marchewką selerem naciowym 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, SEZ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami * (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron (pełnoziarnisty) z tofu marchewką selerem naciowym 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, SEZ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, 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 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 15 g	
		Wartość energetyczna: 2598.77 kcal; Białko ogółem: 89.06 g; Tłuszcz: 89.46 g; Kw. tł. nasy.: 44.71 g; Węglowodany ogółem: 374.28 g; W tym cukry: 84.90 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 7.64 g; WW: 34.50 Por; Ener z B.: 13.71 %; Ener z W.: 57.61 %; Ener. z T.: 30.98 %; Potas: 4403.94 mg; Sód: 3049.86 mg;	Wartość energetyczna: 2530.12 kcal; Białko ogółem: 85.25 g; Tłuszcz: 93.65 g; Kw. tł. nasy.: 43.63 g; Węglowodany ogółem: 348.81 g; W tym cukry: 81.76 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sól: 7.96 g; WW: 32.25 Por; Ener z B.: 13.48 %; Ener z W.: 55.15 %; Ener. z T.: 33.31 %; Potas: 2843.65 mg; Sód: 3184.15 mg;	Wartość energetyczna: 2381.63 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 72.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.33 g; Węglowodany ogółem: 346.86 g; W tym cukry: 75.45 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sól: 5.33 g; WW: 32.40 Por; Ener z B.: 15.18 %; Ener z W.: 58.26 %; Ener. z T.: 27.28 %; Potas: 2664.72 mg; Sód: 2133.90 mg;	Wartość energetyczna: 2381.63 kcal; Białko ogółem: 85.41 g; Tłuszcz: 77.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.26 g; Węglowodany ogółem: 340.83 g; W tym cukry: 75.45 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 6.51 g; WW: 31.62 Por; Ener z B.: 14.35 %; Ener z W.: 57.24 %; Ener. z T.: 29.18 %; Potas: 2488.15 mg; Sód: 2608.20 mg;	Wartość energetyczna: 2143.36 kcal; Białko ogółem: 74.86 g; Tłuszcz: 64.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 318.22 g; W tym cukry: 57.69 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 6.48 g; WW: 29.60 Por; Ener z B.: 13.97 %; Ener z W.: 59.39 %; Ener. z T.: 27.24 %; Potas: 1724.38 mg; Sód: 2592.20 mg;	Wartość energetyczna: 2256.95 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 84.33 g; Kw. tł. nasy.: 44.19 g; Węglowodany ogółem: 313.50 g; W tym cukry: 29.17 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 8.31 g; WW: 28.39 Por; Ener z B.: 15.18 %; Ener z W.: 55.56 %; Ener. z T.: 33.63 %; Potas: 4091.22 mg; Sód: 3317.53 mg;	Wartość energetyczna: 2172.20 kcal; Białko ogółem: 81.54 g; Tłuszcz: 88.18 g; Kw. tł. nasy.: 43.00 g; Węglowodany ogółem: 286.56 g; W tym cukry: 27.64 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 8.71 g; WW: 25.71 Por; Ener z B.: 15.01 %; Ener z W.: 52.77 %; Ener. z T.: 36.53 %; Potas: 2594.63 mg; Sód: 3481.93 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
2026-08-28 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 2 szt Arbuz 150 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt					Zacierka 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>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet jarski () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet jarski () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki młode gotowane () 200 g Pulpet jarski () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Chleb 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.mi z poł. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 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>) Papryka świeża 15 g	
		Wartość energetyczna: 2725.03 kcal; Białko ogółem: 79.09 g; Tłuszcz: 86.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 417.71 g; W tym cukry: 164.90 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 4.49 g; WW: 39.39 Por; Ener z B.: 11.61 %; Ener z W.: 61.31 %; Ener. z T.: 28.65 %; Potas: 3574.86 mg; Sód: 1793.62 mg;	Wartość energetyczna: 2875.43 kcal; Białko ogółem: 105.94 g; Tłuszcz: 92.17 g; Kw. tł. nasy.: 36.45 g; Węglowodany ogółem: 414.02 g; W tym cukry: 160.30 g; Błonnik pok.: 19.17 g; Sól: 4.86 g; WW: 39.42 Por; Ener z B.: 14.74 %; Ener z W.: 57.59 %; Ener. z T.: 28.85 %; Potas: 3927.75 mg; Sód: 1936.51 mg;	Wartość energetyczna: 2701.59 kcal; Białko ogółem: 78.19 g; Tłuszcz: 85.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 414.03 g; W tym cukry: 161.50 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 4.32 g; WW: 39.12 Por; Ener z B.: 11.58 %; Ener z W.: 61.30 %; Ener. z T.: 28.57 %; Potas: 3511.32 mg; Sód: 1724.40 mg;	Wartość energetyczna: 2695.93 kcal; Białko ogółem: 105.64 g; Tłuszcz: 80.73 g; Kw. tł. nasy.: 35.53 g; Węglowodany ogółem: 393.70 g; W tym cukry: 156.86 g; Błonnik pok.: 17.74 g; Sól: 4.61 g; WW: 37.60 Por; Ener z B.: 15.67 %; Ener z W.: 58.41 %; Ener. z T.: 26.95 %; Potas: 3885.77 mg; Sód: 1836.87 mg;	Wartość energetyczna: 2108.37 kcal; Białko ogółem: 81.51 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 311.98 g; W tym cukry: 90.44 g; Błonnik pok.: 16.13 g; Sól: 5.22 g; WW: 29.70 Por; Ener z B.: 15.46 %; Ener z W.: 59.19 %; Ener. z T.: 26.79 %; Potas: 2348.68 mg; Sód: 2080.42 mg;	Wartość energetyczna: 2137.82 kcal; Białko ogółem: 99.95 g; Tłuszcz: 77.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.54 g; Węglowodany ogółem: 279.43 g; W tym cukry: 37.48 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sól: 6.69 g; WW: 25.27 Por; Ener z B.: 18.70 %; Ener z W.: 52.28 %; Ener. z T.: 32.64 %; Potas: 3413.82 mg; Sód: 2670.12 mg;	Wartość energetyczna: 2143.47 kcal; Białko ogółem: 72.50 g; Tłuszcz: 82.56 g; Kw. tł. nasy.: 36.49 g; Węglowodany ogółem: 299.77 g; W tym cukry: 42.11 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 6.40 g; WW: 26.80 Por; Ener z B.: 13.53 %; Ener z W.: 55.94 %; Ener. z T.: 34.67 %; Potas: 3039.37 mg; Sód: 2557.66 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
2026-08-29 sobota	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</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>) 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>) 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>) 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>) 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<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		Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<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	Koperkowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w ostrońce 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>) 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		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN Brzoskwinia 1 szt 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Mus z jabłek () z/c 100 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Brzoskwinia 1 szt 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2655.99 kcal; Białko ogółem: 101.70 g; Tłuszcz: 101.16 g; Kw. tł. nasy.: 39.50 g; Węglowodany ogółem: 357.79 g; W tym cukry: 86.04 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 9.43 g; WW: 33.48 Por; Ener z B.: 15.32 %; Ener z W.: 53.88 %; Ener. z T.: 34.28 %; Potas: 3398.55 mg; Sód: 3755.87 mg;		Wartość energetyczna: 2427.69 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 366.31 g; W tym cukry: 93.42 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 6.44 g; WW: 34.34 Por; Ener z B.: 17.64 %; Ener z W.: 60.36 %; Ener. z T.: 25.83 %; Potas: 3313.24 mg; Sód: 2581.35 mg;		Wartość energetyczna: 2163.09 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 59.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 338.91 g; W tym cukry: 70.12 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sól: 5.98 g; WW: 31.57 Por; Ener z B.: 16.85 %; Ener z W.: 62.67 %; Ener. z T.: 24.83 %; Potas: 2526.12 mg; Sód: 2397.64 mg;	Wartość energetyczna: 2045.92 kcal; Białko ogółem: 93.05 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 293.75 g; W tym cukry: 34.50 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 6.62 g; WW: 26.18 Por; Ener z B.: 18.19 %; Ener z W.: 57.43 %; Ener. z T.: 29.12 %; Potas: 2993.47 mg; Sód: 2653.51 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
2026-08-30 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Kielbasa kminkowa Ojca Grzegorza-gruborozdrobniona, wędzona, parzona 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Rzodkiew biała 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Kielbasa kminkowa Ojca Grzegorza-gruborozdrobniona, wędzona, parzona 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Mizeria () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Pomidorowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Pomidorowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Mizeria () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 25 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 25 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) 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>) Serek homo. naturalny 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	P.N	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Pomidor 15 g	
		Wartość energetyczna: 2628.67 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 86.05 g; Kw. tł. nasy.: 40.54 g; Węglowodany ogółem: 350.15 g; W tym cukry: 87.66 g; Błonnik pok.: 21.73 g; Sól: 8.02 g; WW: 32.78 Por; Ener z B.: 15.47 %; Ener z W.: 53.28 %; Ener. z T.: 29.46 %; Potas: 3624.35 mg; Sód: 3187.62 mg;		Wartość energetyczna: 2623.54 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 84.56 g; Kw. tł. nasy.: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 345.34 g; W tym cukry: 91.09 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 7.67 g; WW: 32.23 Por; Ener z B.: 16.50 %; Ener z W.: 52.65 %; Ener. z T.: 29.01 %; Potas: 3880.76 mg; Sód: 3057.92 mg;		Wartość energetyczna: 2370.91 kcal; Białko ogółem: 93.48 g; Tłuszcz: 73.55 g; Kw. tł. nasy.: 33.37 g; Węglowodany ogółem: 320.79 g; W tym cukry: 68.36 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 6.51 g; WW: 29.89 Por; Ener z B.: 15.77 %; Ener z W.: 54.12 %; Ener. z T.: 27.92 %; Potas: 3261.03 mg; Sód: 2600.91 mg;	Wartość energetyczna: 2005.60 kcal; Białko ogółem: 95.54 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.80 g; Węglowodany ogółem: 259.91 g; W tym cukry: 21.16 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 8.58 g; WW: 23.57 Por; Ener z B.: 19.06 %; Ener z W.: 51.84 %; Ener. z T.: 32.83 %; Potas: 3335.63 mg; Sód: 3425.83 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	
2026-08-31 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jęczmienna 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (<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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</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 jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Obiad	Szczawiowa z ziemniakami*() 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi ukraińskie () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szczawiowa z ziemniakami*() 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5a (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi z twarogiem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g 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>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5a (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szczawiowa z ziemniakami*() 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami*() 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 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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>) Chrzan 20 g (<u>MLE, 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka 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>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Wafle ryżowe 30 g Sok wielowarzynny pasteryzowany 200 ml					Wafle ryżowe 30 g Jabłko pieczone 150 g	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Ogórek świeży 15 g	
		Wartość energetyczna: 2659.97 kcal; Białko ogółem: 93.28 g; Tłuszcz: 91.13 g; Kw. tł. nasy.: 35.59 g; Węglowodany ogółem: 393.72 g; W tym cukry: 71.06 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 10.21 g; WW: 36.75 Por; Ener. z B.: 14.03 %; Ener. z W.: 59.21 %; Ener. z T.: 30.83 %; Potas: 3427.66 mg; Sód: 4080.24 mg;	Wartość energetyczna: 2380.89 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 81.57 g; Kw. tł. nasy.: 34.57 g; Węglowodany ogółem: 350.66 g; W tym cukry: 69.23 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 10.16 g; WW: 32.56 Por; Ener. z B.: 14.68 %; Ener. z W.: 58.91 %; Ener. z T.: 30.83 %; Potas: 2839.01 mg; Sód: 4058.14 mg;	Wartość energetyczna: 2653.04 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 85.15 g; Kw. tł. nasy.: 40.85 g; Węglowodany ogółem: 398.24 g; W tym cukry: 89.72 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 7.45 g; WW: 37.46 Por; Ener. z B.: 14.67 %; Ener. z W.: 60.04 %; Ener. z T.: 28.89 %; Potas: 2881.43 mg; Sód: 2976.14 mg;	Wartość energetyczna: 2351.78 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz: 79.36 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 350.08 g; W tym cukry: 72.27 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 7.69 g; WW: 32.50 Por; Ener. z B.: 14.28 %; Ener. z W.: 59.54 %; Ener. z T.: 30.37 %; Potas: 3026.61 mg; Sód: 3073.43 mg;	Wartość energetyczna: 2169.58 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz: 58.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.65 g; Węglowodany ogółem: 352.29 g; W tym cukry: 73.37 g; Błonnik pok.: 18.96 g; Sól: 5.01 g; WW: 33.32 Por; Ener. z B.: 14.20 %; Ener. z W.: 64.95 %; Ener. z T.: 24.22 %; Potas: 1936.51 mg; Sód: 2013.90 mg;	Wartość energetyczna: 2046.60 kcal; Białko ogółem: 76.94 g; Tłuszcz: 78.31 g; Kw. tł. nasy.: 33.58 g; Węglowodany ogółem: 287.73 g; W tym cukry: 26.44 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 8.69 g; WW: 25.64 Por; Ener. z B.: 15.04 %; Ener. z W.: 56.24 %; Ener. z T.: 34.44 %; Potas: 2790.44 mg; Sód: 3474.00 mg;	Wartość energetyczna: 2046.28 kcal; Białko ogółem: 81.82 g; Tłuszcz: 69.27 g; Kw. tł. nasy.: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 297.61 g; W tym cukry: 30.44 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sól: 8.29 g; WW: 27.29 Por; Ener. z B.: 15.99 %; Ener. z W.: 58.18 %; Ener. z T.: 30.47 %; Potas: 2256.90 mg; Sód: 3313.80 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
2026-09-01 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 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		Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g 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>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) 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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Arbuz 150 g Biszkopty b/ml 30 q (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)					Jablko pieczone 150 g Biszkopty b/ml 30 q (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jablko 150 q
		Wartość energetyczna: 2667.58 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 85.00 g; Kw. tł. nasy.: 35.00 g; Węglowodany ogółem: 378.66 g; W tym cukry: 97.41 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 7.24 g; WW: 35.38 Por; Ener. z B.: 17.18 %; Ener. z W.: 56.78 %; Ener. z T.: 28.68 %; Potas: 3655.23 mg; Sód: 2883.64 mg;	Wartość energetyczna: 2476.52 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz: 74.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 386.41 g; W tym cukry: 102.59 g; Błonnik pok.: 28.74 g; Sól: 7.18 g; WW: 35.81 Por; Ener. z B.: 13.63 %; Ener. z W.: 62.41 %; Ener. z T.: 27.04 %; Potas: 3530.98 mg; Sód: 2857.40 mg;	Wartość energetyczna: 2649.78 kcal; Białko ogółem: 116.85 g; Tłuszcz: 77.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 385.84 g; W tym cukry: 102.05 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 6.22 g; WW: 36.29 Por; Ener. z B.: 17.64 %; Ener. z W.: 58.24 %; Ener. z T.: 26.33 %; Potas: 3929.27 mg; Sód: 2483.62 mg;	Wartość energetyczna: 2458.72 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz: 66.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.70 g; Węglowodany ogółem: 393.59 g; W tym cukry: 107.24 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 6.16 g; WW: 36.72 Por; Ener. z B.: 14.11 %; Ener. z W.: 64.03 %; Ener. z T.: 24.51 %; Potas: 3805.01 mg; Sód: 2457.38 mg;	Wartość energetyczna: 2351.30 kcal; Białko ogółem: 101.85 g; Tłuszcz: 67.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 346.97 g; W tym cukry: 71.49 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sól: 5.11 g; WW: 32.40 Por; Ener. z B.: 17.33 %; Ener. z W.: 59.03 %; Ener. z T.: 26.02 %; Potas: 3065.15 mg; Sód: 2043.91 mg;	Wartość energetyczna: 2237.29 kcal; Białko ogółem: 112.05 g; Tłuszcz: 79.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 288.21 g; W tym cukry: 36.20 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 6.84 g; WW: 26.09 Por; Ener. z B.: 20.03 %; Ener. z W.: 51.53 %; Ener. z T.: 32.00 %; Potas: 3043.66 mg; Sód: 2723.97 mg;	Wartość energetyczna: 2067.52 kcal; Białko ogółem: 82.50 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 300.65 g; W tym cukry: 41.48 g; Błonnik pok.: 31.52 g; Sól: 6.79 g; WW: 26.97 Por; Ener. z B.: 15.96 %; Ener. z W.: 58.17 %; Ener. z T.: 30.04 %; Potas: 2931.47 mg; Sód: 2703.27 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
2026-09-02 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GÖR</u>) Ogórek świeży 40 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GÖR</u>) Pomidor 60 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GÖR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GÖR</u>) Ogórek świeży 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Salatka szwedzka 150 g (<u>GÖR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Pieczarkowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Ryż na sypko 220 g Mus z jablek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem *) 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Fasolka szparagowa z wodą* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem *) 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 220 g Mus z jablek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem (bez mleka) *) 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem *) 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Salatka szwedzka 150 g (<u>GÖR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z makaronem *) 350 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Mus z jablek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</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>) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GÖR, S02</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasztet rybny z warzywami (Morszczuk) ** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Andruty 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt						Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2558.25 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.76 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; W tym cukry: 101.58 g; Błonnik pok.: 17.27 g; Sól: 8.41 g; WW: 34.82 Por; Ener z B.: 16.56 %; Ener z W.: 57.26 %; Ener. z T.: 27.72 %; Potas: 3498.58 mg; Sód: 3338.96 mg;	Wartość energetyczna: 2473.42 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 66.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.40 g; Węglowodany ogółem: 390.20 g; W tym cukry: 101.35 g; Błonnik pok.: 16.14 g; Sól: 6.09 g; WW: 37.39 Por; Ener z B.: 14.08 %; Ener z W.: 63.10 %; Ener. z T.: 24.06 %; Potas: 1967.19 mg; Sód: 2430.41 mg;	Wartość energetyczna: 2515.24 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; Tłuszcz: 72.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 369.72 g; W tym cukry: 92.37 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 7.20 g; WW: 37.64 Por; Ener z B.: 17.24 %; Ener z W.: 58.80 %; Ener. z T.: 25.99 %; Potas: 3899.71 mg; Sód: 2863.12 mg;	Wartość energetyczna: 2496.69 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 33.36 g; Węglowodany ogółem: 394.94 g; W tym cukry: 102.17 g; Błonnik pok.: 19.10 g; Sól: 5.90 g; WW: 37.64 Por; Ener z B.: 14.16 %; Ener z W.: 63.27 %; Ener. z T.: 23.94 %; Potas: 2152.68 mg; Sód: 2355.80 mg;	Wartość energetyczna: 2155.88 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 322.94 g; W tym cukry: 69.42 g; Błonnik pok.: 20.26 g; Sól: 7.10 g; WW: 30.37 Por; Ener z B.: 14.58 %; Ener z W.: 59.92 %; Ener. z T.: 27.51 %; Potas: 2629.91 mg; Sód: 2835.55 mg;	Wartość energetyczna: 2094.60 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz: 68.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.28 g; Węglowodany ogółem: 297.32 g; W tym cukry: 29.63 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sól: 9.37 g; WW: 27.18 Por; Ener z B.: 17.51 %; Ener z W.: 56.78 %; Ener. z T.: 29.56 %; Potas: 3274.85 mg; Sód: 3733.02 mg;	Wartość energetyczna: 2076.78 kcal; Białko ogółem: 74.81 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 315.76 g; W tym cukry: 30.53 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sól: 6.85 g; WW: 28.58 Por; Ener z B.: 14.41 %; Ener z W.: 60.82 %; Ener. z T.: 27.77 %; Potas: 1902.34 mg; Sód: 2735.51 mg;	

Oznaczenia wskaźników odż.:

*Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg 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,*