

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II	
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE.) 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 (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) b/c 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Salatka jarzynowa* 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	PN	Sok owocowo-warzywny 200 ml Wafle ryżowe 20 g				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt			
	Wartość energetyczna: 3150.40 kcal; Białko ogółem: 154.53 g; Tłuszcz: 124.78 g; Kw. tł. nasy.: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 369.03 g; W tym cukry: 58.56 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 2799.47 kcal; Białko ogółem: 147.34 g; Tłuszcz: 94.53 g; Kw. tł. nasy.: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 357.62 g; W tym cukry: 63.47 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2435.82 kcal; Białko ogółem: 114.50 g; Tłuszcz: 81.14 g; Kw. tł. nasy.: 34.27 g; Węglowodany ogółem: 328.45 g; W tym cukry: 48.08 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2392.29 kcal; Białko ogółem: 122.70 g; Tłuszcz: 88.97 g; Kw. tł. nasy.: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 297.42 g; W tym cukry: 41.44 g; Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 8.63 g;					

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl zest. II	
2026-04-07 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> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g ( <u>SOJ.</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> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g ( <u>SOJ.</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> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g ( <u>SOJ.</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> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g ( <u>SOJ.</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> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g ( <u>SOJ.</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 razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 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 czerwony z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe 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 czerwony z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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 (brązowy) 220 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 220 g 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	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 220 g 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
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 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> ) Pomidor 60 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Leczo z drobiem-dieta () 350 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> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pomidor 20 g Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> )
	Wartość energetyczna: 2683.94 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 401.89 g; W tym cukry: 96.66 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2307.16 kcal; Białko ogółem: 82.03 g; Tłuszcz: 72.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 349.84 g; W tym cukry: 77.03 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2131.34 kcal; Białko ogółem: 70.36 g; Tłuszcz: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; W tym cukry: 64.98 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 1976.64 kcal; Białko ogółem: 62.78 g; Tłuszcz: 62.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 312.01 g; W tym cukry: 24.36 g; Błonnik pok.: 30.40 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2651.27 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 85.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 386.29 g; W tym cukry: 81.41 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2511.27 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 80.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.86 g; Węglowodany ogółem: 373.48 g; W tym cukry: 74.30 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2269.03 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz: 82.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 316.75 g; W tym cukry: 28.19 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 9.50 g;	

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II				
2026-04-08 środa	Śniadanie	Platki 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> ) Papryka konserwowa 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	Platki 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	Platki 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	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki 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> ) Papryka konserwowa 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	Platki 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	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
		Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 220 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</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	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 220 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos 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	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 220 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos 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	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 220 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () b/cukru 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 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> ) 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> ) 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 kiszzonej () 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> ) Cukinia pieczona 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> ) 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	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> ) 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> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
				PN	Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pomidor 20 g Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt
Wartość energetyczna: 2578.05 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; Tłuszcz: 77.54 g; Kw. tł. nasy.: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 385.38 g; W tym cukry: 90.56 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2547.30 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 74.08 g; Kw. tł. nasy.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 384.18 g; W tym cukry: 90.65 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sól: 6.92 g;				Wartość energetyczna: 2288.25 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 64.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.84 g; Węglowodany ogółem: 358.18 g; W tym cukry: 68.08 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2271.97 kcal; Białko ogółem: 93.72 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 330.00 g; W tym cukry: 40.22 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2507.19 kcal; Białko ogółem: 85.47 g; Tłuszcz: 81.58 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 374.52 g; W tym cukry: 84.67 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2434.35 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 73.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 372.68 g; W tym cukry: 84.25 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2074.24 kcal; Białko ogółem: 71.85 g; Tłuszcz: 71.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 306.05 g; W tym cukry: 38.35 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 8.73 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II	
2026-04-09 czwartek	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> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt Pomidor 60 g Twarożek z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE,</u> )	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> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt Pomidor 60 g Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ,</u> )	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ,</u> )	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> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 60 g Twarożek z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE,</u> )	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> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt Pomidor 60 g Twarożek z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE,</u> )	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> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt Pomidor 60 g Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SOZ,</u> )	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> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt Pomidor 60 g Twarożek z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE,</u> )
		Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE, 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	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos boloński * -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 *(bez mleka) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos boloński * -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 pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos boloński * -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <u>MLE, SEL,</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 pełnoziarnisty z warzywami* 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolaacja	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> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g ( <u>RYB, SEL,</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> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE,</u> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ,</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> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g ( <u>RYB, SEL,</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> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE,</u> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE,</u> ) Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ,</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> ) Pomidor 15 g	Jabłko 1 szt 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> ) Pomidor 15 g	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> ) Pomidor 15 g	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> ) Pomidor 15 g
Wartość energetyczna: 2425.92 kcal; Białko ogółem: 84.69 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kw. tł. nasy.: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 375.54 g; W tym cukry: 82.41 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 5.25 g;		Wartość energetyczna: 2363.41 kcal; Białko ogółem: 84.82 g; Tłuszcz: 68.57 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 356.30 g; W tym cukry: 71.64 g; Błonnik pok.: 19.89 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2126.21 kcal; Białko ogółem: 79.84 g; Tłuszcz: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 314.70 g; W tym cukry: 53.16 g; Błonnik pok.: 17.03 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2075.90 kcal; Białko ogółem: 80.22 g; Tłuszcz: 74.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.14 g; Węglowodany ogółem: 296.22 g; W tym cukry: 22.01 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2234.64 kcal; Białko ogółem: 67.76 g; Tłuszcz: 66.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 352.55 g; W tym cukry: 76.80 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sól: 5.96 g;	Wartość energetyczna: 2205.66 kcal; Białko ogółem: 68.55 g; Tłuszcz: 58.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 263.32 g; W tym cukry: 77.30 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 1879.34 kcal; Białko ogółem: 64.78 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 283.32 g; W tym cukry: 22.32 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 1879.34 kcal; Białko ogółem: 64.78 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 283.32 g; W tym cukry: 22.32 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 6.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-06 do dnia 2026-04-15 KUCHNIA LUBLIN USD

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II			
2026-04-10 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> ) Dżem 25g 1 szt Twarożek 50g ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	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> ) Dżem 25g 1 szt Twarożek 50g ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 1 szt 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 maślana 50g 2 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Dżem 25g 1 szt Twarożek 50g ( <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 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek 80g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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> ) Dżem 25g 1 szt Twarożek 50g ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> ) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	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> ) Dżem 25g 1 szt Twarożek 50g ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 1 szt 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> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek 80g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( <u>)</u> 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Racuchy z twarogiem 300g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-porczezkowy* 100g ( <u>MLE</u> ) Banana 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( <u>)</u> 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Makaron 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twaróg półtłusty 70g ( <u>MLE</u> ) Sos jogurtowo-porczezkowy* 100g ( <u>MLE</u> ) Banana 1 szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*( <u>)</u> 350 ml ( <u>SEL, GLU JECZ</u> ) Makaron 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twaróg półtłusty 70g ( <u>MLE</u> ) Sos jogurtowo-porczezkowy* 100g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( <u>)</u> 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g Surówka z marchwi z olejem b/c ( <u>)</u> 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( <u>)</u> 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Makaron 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z marchwi z olejem ( <u>)</u> 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( <u>)</u> 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twaróg półtłusty 70g ( <u>MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* b/c 100g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( <u>)</u> 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twaróg półtłusty 70g ( <u>MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* b/c 100g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*( <u>)</u> 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twaróg półtłusty 70g ( <u>MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* b/c 100g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60g ( <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 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Salata zielona 25g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
				PN	Sok jabłkowy 100% 0,2l w kartoniku 1 szt Biszkopty 30g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )		Chleb razowy pszenno-żytni 30g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 20g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 15g	Sok jabłkowy 100% 0,2l w kartoniku 1 szt Biszkopty 30g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )		Chleb razowy pszenno-żytni 30g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 20g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 15g
					Wartość energetyczna: 2946.59 kcal; Białko ogółem: 95.66 g; Tłuszcz: 97.99 g; Kw. tł. nasy.: 39.40 g; Węglowodany ogółem: 436.80 g; W tym cukry: 169.53 g; Błonnik pok.: 17.63 g; Sól: 4.47 g;	Wartość energetyczna: 2646.19 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 72.67 g; Kw. tł. nasy.: 35.33 g; Węglowodany ogółem: 424.78 g; W tym cukry: 153.51 g; Błonnik pok.: 17.58 g; Sól: 3.14 g;	Wartość energetyczna: 2182.82 kcal; Białko ogółem: 71.03 g; Tłuszcz: 59.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 356.05 g; W tym cukry: 99.56 g; Błonnik pok.: 15.60 g; Sól: 3.35 g;	Wartość energetyczna: 2118.70 kcal; Białko ogółem: 94.10 g; Tłuszcz: 77.91 g; Kw. tł. nasy.: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 281.67 g; W tym cukry: 26.06 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2646.58 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 83.41 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 390.50 g; W tym cukry: 123.29 g; Błonnik pok.: 19.45 g; Sól: 4.51 g;	Wartość energetyczna: 2635.68 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 82.18 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 391.28 g; W tym cukry: 120.94 g; Błonnik pok.: 18.60 g; Sól: 4.12 g;

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II	
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Platki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb 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, SO2.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> ) Pomidor 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 Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <u>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 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 osłonce 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	Mandarynka 2 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> )	Mandarynka 2 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )				
		Wartość energetyczna: 2568.28 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 93.23 g; Kw. tł. nasy.: 37.35 g; Węglowodany ogółem: 361.20 g; W tym cukry: 87.14 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 2336.84 kcal; Białko ogółem: 102.69 g; Tłuszcz: 66.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 356.47 g; W tym cukry: 84.93 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2163.09 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 59.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 341.91 g; W tym cukry: 55.57 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 2086.30 kcal; Białko ogółem: 93.24 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 305.54 g; W tym cukry: 40.41 g; Błonnik pok.: 32.79 g; Sól: 6.60 g;				

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II			
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE,</u> ) Kielbasa kminkowa Ojca Grzegorza-gruborozdrobnioniona, wędzona, parzona 60 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Ogórek konserwowy 60 g ( <u>GOR,</u> ) 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> ) Filet zapiekany drobiowy 60 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) 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	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE,</u> ) Kielbasa kminkowa Ojca Grzegorza-gruborozdrobnioniona, wędzona, parzona 60 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Ogórek konserwowy 60 g ( <u>GOR,</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
		Obiad	Pomidorowa z zacierką * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Kotlet drobiowy panierowany z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g 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 gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Pomidorowa z zacierką * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml				
			Kolaćca	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	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> ) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
				PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</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, S02,</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: 2584.50 kcal; Białko ogółem: 91.20 g; Tłuszcz: 90.85 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 367.64 g; W tym cukry: 70.93 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 8.50 g;	Wartość energetyczna: 2460.77 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 77.17 g; Kw. tł. nasy.: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 356.32 g; W tym cukry: 73.20 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2318.38 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 342.15 g; W tym cukry: 57.79 g; Błonnik pok.: 20.98 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 2003.21 kcal; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 33.29 g; Węglowodany ogółem: 280.02 g; W tym cukry: 19.70 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 8.96 g;	

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II
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> ) Makrela 120 g 120 g ( <u>RYB.</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> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g ( <u>RYB, SEL.</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, SOJ.</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> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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> ) Makrela 120 g 120 g ( <u>RYB.</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> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g ( <u>RYB, SEL.</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> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</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	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</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	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Twaróg półtłusty 70 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g ( <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	Dyniowa 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 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
2026-04-13 poniedziałek		Kolaćka	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> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	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> ) Pomidor 10 g Pomarańcza 150 g	Wafle ryżowe 30 g Sok wielowarzynny pasteryzowany 200 ml	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> ) Pomidor 10 g Pomarańcza 150 g
		Wartość energetyczna: 2766.09 kcal; Białko ogółem: 118.42 g; Tłuszcz: 100.16 g; Kw. tł. nasy.: 40.98 g; Węglowodany ogółem: 370.02 g; W tym cukry: 61.94 g; Błonnik pok.: 31.34 g; Sól: 13.14 g;	Wartość energetyczna: 2350.79 kcal; Białko ogółem: 88.21 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 359.98 g; W tym cukry: 66.93 g; Błonnik pok.: 28.53 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2118.10 kcal; Białko ogółem: 72.91 g; Tłuszcz: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 347.81 g; W tym cukry: 69.40 g; Błonnik pok.: 17.70 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2224.16 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz: 78.19 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 322.42 g; W tym cukry: 32.48 g; Błonnik pok.: 41.42 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2743.57 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 101.29 g; Kw. tł. nasy.: 41.09 g; Węglowodany ogółem: 363.52 g; W tym cukry: 61.17 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 13.31 g;	Wartość energetyczna: 2400.82 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz: 79.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 353.98 g; W tym cukry: 66.69 g; Błonnik pok.: 28.82 g; Sól: 7.07 g;

	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II	
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty białej 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz warzywny dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty białej 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz warzywny dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz warzywny dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz warzywny dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
2026-04-14 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <b>MLE</b> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Banan 150 g Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )		Jabłko pieczone 150 g Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</b> )	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g	Banan 150 g Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150 g	
	Wartość energetyczna: 2639.34 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 92.18 g; Kw. tł. nasy.: 48.51 g; Węglowodany ogółem: 370.51 g; W tym cukry: 100.78 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2596.11 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Tłuszcz: 73.90 g; Kw. tł. nasy.: 38.40 g; Węglowodany ogółem: 397.84 g; W tym cukry: 122.69 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2182.70 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 57.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 340.15 g; W tym cukry: 77.21 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2218.85 kcal; Białko ogółem: 111.74 g; Tłuszcz: 81.62 g; Kw. tł. nasy.: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 280.16 g; W tym cukry: 32.16 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2561.75 kcal; Białko ogółem: 81.28 g; Tłuszcz: 90.86 g; Kw. tł. nasy.: 45.99 g; Węglowodany ogółem: 383.55 g; W tym cukry: 105.98 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2593.52 kcal; Białko ogółem: 86.48 g; Tłuszcz: 75.58 g; Kw. tł. nasy.: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 417.93 g; W tym cukry: 134.04 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2165.02 kcal; Białko ogółem: 84.74 g; Tłuszcz: 80.38 g; Kw. tł. nasy.: 36.69 g; Węglowodany ogółem: 298.52 g; W tym cukry: 37.84 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 7.89 g;	

		L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw I	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw I	L- MSWIA 3 Z ogr. tłuszczu zestaw I	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. I	L- MSWIA 1 Podstawowa zestaw II	L- MSWIA 2 Łatwo strawna zestaw II	L- MSWIA 6 Z ogr. łatwo przysw. węgl. zest. II	
2026-04-15 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 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> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem (bez mleka) *() 350 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem pełnoziarnistym *() 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u> ) Ryż na sypko 220 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem *() 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko 220 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem pełnoziarnistym *() 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Selerowa z makaronem pełnoziarnistym *() 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt ( <u>MLE</u> ) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5 g	Andruty 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 5 g			
	Wartość energetyczna: 2478.18 kcal; Białko ogółem: 97.52 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 356.22 g; W tym cukry: 79.57 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2450.55 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 72.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 370.63 g; W tym cukry: 83.18 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2249.38 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 65.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 346.51 g; W tym cukry: 67.35 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2158.21 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 300.27 g; W tym cukry: 18.87 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2313.31 kcal; Białko ogółem: 76.80 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 367.52 g; W tym cukry: 90.16 g; Błonnik pok.: 13.90 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2288.18 kcal; Białko ogółem: 73.63 g; Tłuszcz: 61.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 368.19 g; W tym cukry: 91.62 g; Błonnik pok.: 15.82 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2026.14 kcal; Białko ogółem: 71.87 g; Tłuszcz: 65.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.19 g; Węglowodany ogółem: 301.01 g; W tym cukry: 29.57 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sól: 7.62 g;		

### **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,*