

		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
2026-02-15 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			
	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 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>) Sałata zielona 25 g 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: 360.07 g; W tym cukry: 70.93 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 8.50 g;	Wartość energetyczna: 2487.77 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 80.17 g; Kw. tł. nasy.: 36.48 g; Węglowodany ogółem: 351.02 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: 338.35 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: 271.93 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
2026-02-16 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na 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 Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	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>) Fasolka szparagowa z wody* 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
	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>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g (<u>SOJ.</u>) Musztarda 15 g (<u>GOR.</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>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) 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>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g (<u>SOJ.</u>) Musztarda 15 g (<u>GOR.</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>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</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		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: 2623.87 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 93.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 353.92 g; W tym cukry: 79.74 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sól: 10.19 g;	Wartość energetyczna: 2413.08 kcal; Białko ogółem: 89.37 g; Tłuszcz: 72.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.74 g; Węglowodany ogółem: 358.38 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2249.38 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 65.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 342.19 g; W tym cukry: 67.35 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2060.15 kcal; Białko ogółem: 84.64 g; Tłuszcz: 69.94 g; Kw. tł. nasy.: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 286.16 g; W tym cukry: 17.45 g; Błonnik pok.: 27.99 g; Sól: 9.65 g;	Wartość energetyczna: 2511.82 kcal; Białko ogółem: 75.64 g; Tłuszcz: 87.61 g; Kw. tł. nasy.: 38.10 g; Węglowodany ogółem: 355.98 g; W tym cukry: 90.64 g; Błonnik pok.: 12.78 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2250.71 kcal; Białko ogółem: 69.71 g; Tłuszcz: 62.05 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 356.17 g; W tym cukry: 91.14 g; Błonnik pok.: 14.68 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 1951.63 kcal; Białko ogółem: 63.52 g; Tłuszcz: 64.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 283.91 g; W tym cukry: 28.88 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 8.35 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	
2026-02-17 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) 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	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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kluski śląskie() 220 g (<u>JAJ,</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</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	Brokułowa z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kluski śląskie() 220 g (<u>JAJ,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g 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>) Kluski śląskie() 220 g (<u>JAJ,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kluski śląskie() 220 g (<u>JAJ,</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</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	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kluski śląskie() 220 g (<u>JAJ,</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE,</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kluski śląskie() 220 g (<u>JAJ,</u>) Gulasz warzywny dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</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>) 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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 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>) 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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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	Banan 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)	Banan 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2597.88 kcal; Białko ogółem: 106.42 g; Tłuszcz: 63.79 g; Kw. tł. nasy.: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 418.81 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2746.53 kcal; Białko ogółem: 108.90 g; Tłuszcz: 68.09 g; Kw. tł. nasy.: 38.14 g; Węglowodany ogółem: 443.24 g; W tym cukry: 132.64 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2284.62 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 51.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 375.30 g; W tym cukry: 77.56 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2203.68 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 61.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 316.78 g; W tym cukry: 36.64 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2520.29 kcal; Białko ogółem: 78.76 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 431.85 g; W tym cukry: 120.00 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2669.14 kcal; Białko ogółem: 86.12 g; Tłuszcz: 61.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 463.26 g; W tym cukry: 143.93 g; Błonnik pok.: 29.14 g; Sól: 6.00 g;	Wartość energetyczna: 2149.86 kcal; Białko ogółem: 81.80 g; Tłuszcz: 60.08 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 335.14 g; W tym cukry: 42.31 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sól: 6.47 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
2026-02-18 środa	Śniadanie Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Makrela 120 g 120 g (RYB.) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Makrela 120 g 120 g (RYB.) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Fasolowa z ziemniakami (*) 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 100 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.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) 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 (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) 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 1szt. 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 15 g Pomarańcza 150 g	Wafle ryżowe 30 g Sok wielowarzynny pasteryzowany 200 ml		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 15 g Pomarańcza 150 g
	Wartość energetyczna: 2756.83 kcal; Białko ogółem: 117.66 g; Tłuszcz: 90.72 g; Kw. tł. nasy.: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 378.49 g; W tym cukry: 91.74 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 12.62 g;	Wartość energetyczna: 2414.07 kcal; Białko ogółem: 87.10 g; Tłuszcz: 69.15 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 369.70 g; W tym cukry: 97.26 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2118.10 kcal; Białko ogółem: 72.91 g; Tłuszcz: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 343.02 g; W tym cukry: 69.40 g; Błonnik pok.: 17.70 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2305.50 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz: 83.61 g; Kw. tł. nasy.: 35.32 g; Węglowodany ogółem: 311.68 g; W tym cukry: 33.57 g; Błonnik pok.: 42.33 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2906.77 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 103.81 g; Kw. tł. nasy.: 40.45 g; Węglowodany ogółem: 384.99 g; W tym cukry: 92.34 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 12.91 g;	Wartość energetyczna: 2564.01 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 376.20 g; W tym cukry: 97.86 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2163.16 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 67.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 312.69 g; W tym cukry: 38.92 g; Błonnik pok.: 30.40 g; Sól: 6.73 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
2026-02-19 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Schab pieczony w rękawie 60 g 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>) Schab pieczony w rękawie 60 g 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>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Schab pieczony w rękawie 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Schab pieczony w rękawie 60 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Schab pieczony w rękawie 60 g 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>) Schab pieczony w rękawie 60 g 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 razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Schab pieczony w rękawie 60 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Salatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ziemiacczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ziemiacczana *(bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ()* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ziemiacczana * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2530.68 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 77.96 g; Kw. tł. nasy.: 36.96 g; Węglowodany ogółem: 381.02 g; W tym cukry: 84.91 g; Błonnik pok.: 38.28 g; Sól: 11.32 g;	Wartość energetyczna: 2373.80 kcal; Białko ogółem: 98.22 g; Tłuszcz: 81.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 331.91 g; W tym cukry: 84.23 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2146.84 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 30.94 g; Węglowodany ogółem: 300.49 g; W tym cukry: 65.00 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 2033.33 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.34 g; Węglowodany ogółem: 286.14 g; W tym cukry: 43.18 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2196.24 kcal; Białko ogółem: 82.31 g; Tłuszcz: 68.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 334.72 g; W tym cukry: 85.96 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2272.47 kcal; Białko ogółem: 83.39 g; Tłuszcz: 75.69 g; Kw. tł. nasy.: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 336.00 g; W tym cukry: 85.06 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 1932.01 kcal; Białko ogółem: 75.21 g; Tłuszcz: 62.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 290.23 g; W tym cukry: 44.01 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 8.41 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
2026-02-20 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka maślana 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka z kapusty kiszzonej 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 300 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 300 ml	Sok owocowo-warzywny 300 ml Wafle ryżowe 30 g		Sok wielowarzywny pasteryzowany 300 ml
		Wartość energetyczna: 2789.85 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 90.81 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 397.33 g; W tym cukry: 89.34 g; Błonnik pok.: 21.55 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2666.37 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 80.58 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 388.01 g; W tym cukry: 89.35 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sól: 4.46 g;	Wartość energetyczna: 2366.71 kcal; Białko ogółem: 97.90 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 360.66 g; W tym cukry: 66.34 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 2089.70 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz: 82.61 g; Kw. tł. nasy.: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 252.52 g; W tym cukry: 11.08 g; Błonnik pok.: 20.60 g; Sól: 11.72 g;	Wartość energetyczna: 2595.60 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 79.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.02 g; Węglowodany ogółem: 381.60 g; W tym cukry: 89.30 g; Błonnik pok.: 20.47 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 2628.17 kcal; Białko ogółem: 97.39 g; Tłuszcz: 79.90 g; Kw. tł. nasy.: 35.00 g; Węglowodany ogółem: 388.01 g; W tym cukry: 89.35 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2051.50 kcal; Białko ogółem: 87.94 g; Tłuszcz: 81.93 g; Kw. tł. nasy.: 40.35 g; Węglowodany ogółem: 252.52 g; W tym cukry: 11.08 g; Błonnik pok.: 20.60 g; Sól: 11.61 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
2026-02-21 sobota	Śniadanie Platki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 140 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 15 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Platki 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 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Platki jęczmienne 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 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	Platki 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 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Bigos 350 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	PN Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mandarynka 2 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g			
	Wartość energetyczna: 3019.08 kcal; Białko ogółem: 90.01 g; Tłuszcz: 120.30 g; Kw. tł. nasy.: 44.45 g; Węglowodany ogółem: 401.69 g; W tym cukry: 96.96 g; Błonnik pok.: 37.12 g; Sól: 12.36 g;	Wartość energetyczna: 2414.81 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 77.36 g; Kw. tł. nasy.: 33.69 g; Węglowodany ogółem: 351.37 g; W tym cukry: 80.04 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2253.94 kcal; Białko ogółem: 82.85 g; Tłuszcz: 70.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 333.47 g; W tym cukry: 61.43 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2309.27 kcal; Białko ogółem: 88.82 g; Tłuszcz: 83.97 g; Kw. tł. nasy.: 37.61 g; Węglowodany ogółem: 316.00 g; W tym cukry: 22.72 g; Błonnik pok.: 33.03 g; Sól: 8.47 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
2026-02-22 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 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>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt		Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	PN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 3350.08 kcal; Białko ogółem: 165.73 g; Tłuszcz: 136.20 g; Kw. tł. nasy.: 54.65 g; Węglowodany ogółem: 379.64 g; W tym cukry: 115.51 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2906.09 kcal; Białko ogółem: 151.66 g; Tłuszcz: 112.54 g; Kw. tł. nasy.: 44.28 g; Węglowodany ogółem: 333.19 g; W tym cukry: 82.12 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2767.26 kcal; Białko ogółem: 144.10 g; Tłuszcz: 106.78 g; Kw. tł. nasy.: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 318.49 g; W tym cukry: 67.80 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2760.96 kcal; Białko ogółem: 145.86 g; Tłuszcz: 122.54 g; Kw. tł. nasy.: 51.00 g; Węglowodany ogółem: 281.20 g; W tym cukry: 37.49 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 8.84 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
2026-02-23 poniedziałek	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>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, MLE.</u>) Ogórek kiszony 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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</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	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) 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	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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Solferino * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Solferino (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowo-porceczkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Solferino * () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 220 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Grochowa z ziemniakami (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 220 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowo-porceczkowy* 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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata 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>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g	Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 15 g
	Wartość energetyczna: 2768.90 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 83.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.41 g; Węglowodany ogółem: 406.90 g; W tym cukry: 99.00 g; Błonnik pok.: 27.99 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 2580.25 kcal; Białko ogółem: 98.54 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 31.74 g; Węglowodany ogółem: 388.08 g; W tym cukry: 99.13 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 5.26 g;	Wartość energetyczna: 2161.57 kcal; Białko ogółem: 58.98 g; Tłuszcz: 54.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; Węglowodany ogółem: 372.64 g; W tym cukry: 92.80 g; Błonnik pok.: 16.41 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2147.53 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 286.27 g; W tym cukry: 14.37 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2624.53 kcal; Białko ogółem: 101.76 g; Tłuszcz: 86.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 376.68 g; W tym cukry: 82.65 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2466.03 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 78.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; Węglowodany ogółem: 363.57 g; W tym cukry: 88.49 g; Błonnik pok.: 19.60 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2172.98 kcal; Białko ogółem: 71.78 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 323.73 g; W tym cukry: 33.42 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 7.09 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	Makaron na mleku 350 ml (GLU PSZ, 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,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Makaron na mleku 350 ml (GLU PSZ, 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,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Makaron na mleku 350 ml (GLU PSZ, 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,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Makaron na mleku 350 ml (GLU PSZ, 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,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Chleb razowy pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL,) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Kasza gryczana 220 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (GLU JECZ,) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE,) 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	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko. 220 g (GLU JECZ,) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) 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	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Kasza gryczana 220 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Kopytka ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ,) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kopytka ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ,) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Kasza gryczana 220 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt
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,) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (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,) 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 (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,) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (MLE,) 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,) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 [Por] x 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (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,) 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 (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,) Salata zielona 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml Andruty 1 szt (GLU PSZ,)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml Andruty 1 szt (GLU PSZ,)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml
	Wartość energetyczna: 2662.13 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 86.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 386.81 g; W tym cukry: 97.92 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 9.63 g;	Wartość energetyczna: 2470.05 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 80.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.04 g; Węglowodany ogółem: 358.70 g; W tym cukry: 67.07 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2176.24 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 325.67 g; W tym cukry: 68.79 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2146.16 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Tłuszcz: 76.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 290.95 g; W tym cukry: 22.69 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 10.64 g;	Wartość energetyczna: 2499.54 kcal; Białko ogółem: 74.07 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 401.16 g; W tym cukry: 106.12 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 2315.00 kcal; Białko ogółem: 73.23 g; Tłuszcz: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 372.15 g; W tym cukry: 75.47 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2057.81 kcal; Białko ogółem: 67.48 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 303.39 g; W tym cukry: 27.43 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 10.79 g;

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],

Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sól - Sól,

K - Potas,

Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

- % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

- % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,