

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
|-------------------------|--|--|---|--|--|--|---|
| | Śniadanie | II ŚN | Obiad | PD | Kolacja | PN | SUMA |
| 2026-06-01 poniedziałek | NSAĄCZ- D01 Podstawowa | Makaron na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Twarożek 50 g (MLE) Papryka konserwowa 100 g | Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sytko 200 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | | Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 202,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,7 Tłuszcz [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 362,9 w tym cukry [g] 61,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sól [g] 7,1 |
| | NSAĄCZ- D02 Łatwo strawna | Makaron na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 100 g | Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sytko 200 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | | Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 100,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,7 Tłuszcz [g] 42,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Węglowodany ogółem [g] 350,7 w tym cukry [g] 63,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 Sól [g] 6,1 |
| | NSAĄCZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Twarożek 50 g (MLE) Papryka konserwowa 100 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek kiszony 20 g | Barszcz ukraiński z ziemniakami b/c () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Risotto z ryżem brązowym warzywnym z tofu* 300 g (SOJ, SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) | Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt |
| 2026-06-02 wtorek | NSAĄCZ- D01 Podstawowa | Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g | Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ) Kompot z porzeczek czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | | Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek świeży 100 g | Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 184 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94 Tłuszcz [g] 64 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 335,7 w tym cukry [g] 52,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 9,3 |

| | | | | | | | |
|-------------------|---|--|--|--|---|--|--|
| 2026-06-02 wtorek | NSAČZ- D02 Łatwo strawna | Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE. może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g | Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z porzeczki czerwonej i jablek* b/c 250 ml | | Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g | Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 079,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,9 Tłuszcz [g] 59,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 300,4 w tym cukry [g] 46,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 Sól [g] 8,2 |
| | NSAČZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE. może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor 20 g | Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL.) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z porzeczki czerwonej i jablek* b/c 250 ml | Jogurt naturalny 3% tł. 1szt 1 szt (MLE.) | Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek świeży 100 g | Wafle ryżowe 30 g |
| 2026-06-03 środa | NSAČZ- D01 Podstawowa | Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp., grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g | Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jablek* z/c 250 ml | | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 60 g (RYB, SOJ.) Pomidor 100 g | Sok przecierowy Kubus 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 423,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,2 Tłuszcz [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 371,1 w tym cukry [g] 97,5 Błonnik pokarmowy [g] 36 Sól [g] 9,6 |
| | NSAČZ- D02 Łatwo strawna | Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp., grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g | Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jablek* z/c 250 ml | | Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g | Sok przecierowy Kubus 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 242,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89 Tłuszcz [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 352,5 w tym cukry [g] 92,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Sól [g] 7,4 |

| | | | | | | | | |
|---------------------|--|--|---|---|--|---|---|--|
| 2026-06-03 środa | NSA/CZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w ostrońce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) | Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Paprykarz szczeciński 60 g (RYB, SOJ.) Pomidor 100 g | Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 207,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 81,4 Tłuszcz [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 334,7 w tym cukry [g] 44,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Sól [g] 8,5 | |
| | NSA/CZ- D01 Podstawowa | Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Papryka konserwowa 100 g | Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 350 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml | | Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 100 g | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 543 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 125 Tłuszcz [g] 79,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 356,5 w tym cukry [g] 40,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 Sól [g] 7,1 | |
| 2026-06-04 czwartek | NSA/CZ- D02 Łatwo strawna | Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w ostrońce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g | Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp -dieta () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml | | Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 100 g | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 348,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 125,6 Tłuszcz [g] 64,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 Węglowodany ogółem [g] 324,2 w tym cukry [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 20 Sól [g] 6,9 | |
| | NSA/CZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Paszтет z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Papryka konserwowa 100 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Sałata zielona 10 g | Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pelmoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 350 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | Jabłko 1 szt 1 szt | Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 100 g | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 689,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 127,6 Tłuszcz [g] 96,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 374,2 w tym cukry [g] 51,4 Błonnik pokarmowy [g] 53,6 Sól [g] 8 |
| 2026-06-05 piątek | NSA/CZ- D01 Podstawowa | Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Arbuz 100 g | Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g | Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 444,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 97,3 Tłuszcz [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 369 w tym cukry [g] 85,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sól [g] 6,9 | |

| | | | | | | | | |
|-------------------|---|---|--|---|--|---|---|---|
| 2026-06-05 piątek | NSAČZ- D02 Łatwo strawna | Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Dżem 25 g 2 szt Arbuz 100 g | | Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JEĆZ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE) Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 100 g Salata zielona 20 g | Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 332,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97 Tłuszcz [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 345,4 w tym cukry [g] 81,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Sól [g] 5,7 |
| | NSAČZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Arbuz 100 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Hummus 30 g (SEZ) Salata zielona 10 g | Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JEĆZ) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE) Warzywa po grecku* b/c 150 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | Krakersy 30 g (GLU PSZ, JAJ, GLU JEĆZ) | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g | Paluszki z kminkiem 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 532,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,8 Tłuszcz [g] 106,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 328,3 w tym cukry [g] 42,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Sól [g] 10,6 |
| 2026-06-06 sobota | NSAČZ- D01 Podstawowa | Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 100 g | | Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sytko 200 g Kociolak meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | | Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL) | Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 453,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,2 Tłuszcz [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 363,2 w tym cukry [g] 56,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Sól [g] 7,7 |
| | NSAČZ- D02 Łatwo strawna | Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 100 g | | Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sytko 200 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | | Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL) | Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 215,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,8 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 333,6 w tym cukry [g] 52,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 6,6 |
| | NSAČZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 100 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Twarożek z ziołami 30 g (MLE) Ogórek konserwowy 20 g (GOR) | Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sytko 200 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () b/c 150 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE) | Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL) | Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 278,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 Węglowodany ogółem [g] 366,4 w tym cukry [g] 58,7 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 Sól [g] 7,1 |

| | | | | | | | |
|----------------------|---|---|---|--|--|--|--|
| 2026-06-07 niedziela | NSAČZ- D01 Podstawowa | Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g | Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 150 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Mus z jabłek prażonych 100 g | Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 111,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,1 Tłuszcz [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 334,8 w tym cukry [g] 61,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 Sól [g] 6,7 | |
| | NSAČZ- D02 Łatwo strawna | Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g | Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 100 g Dżem 25 g 1 szt | Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 049,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,3 Tłuszcz [g] 45,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 313,5 w tym cukry [g] 57,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,4 Sól [g] 6,3 | |
| | NSAČZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Salata zielona 10 g | Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 150 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml | Maślanka 200 ml (MLE.) | Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Jabiko 1 szt 1 szt | Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt |