

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2026-03-07 sobota	NSĄCZ- D01 Podstawowa	Ryż na mleku/p 350 ml (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,) 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		Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypk o 200 g (GLU JECZ,) Gulasz wieprzowy. 200 g (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kalafor gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki 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,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z twarogu i warzyw 50 g (MLE, SEL,) Mandarynka 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 364,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,9 Tłuszcz [g] 71,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 348,7 w tym cukry [g] 60,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Sól [g] 7
	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) 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		Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypk o 200 g (GLU JECZ,) Gulasz wieprzowy-dieta 200 g (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki 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,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z twarogu i warzyw 50 g (MLE, SEL,) Mandarynka 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 314,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,3 Tłuszcz [g] 70,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 325,7 w tym cukry [g] 55,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sól [g] 6,6

<p>2026-03-07 sobota</p>	<p>NSĄCZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE,) Kiełbasa 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</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Ogórek kiszony 20 g</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Gulasz wieprzowy. 200 g (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kalafior gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>	<p>Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z twarogu i warzyw 50 g (MLE, SEL,) Mandarynka 1 szt</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 407,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,2 Tłuszcz [g] 83,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 346,9 w tym cukry [g] 57,5 Błonnik pokarmowy [g] 47,1 Sól [g] 7,5</p>
<p>2026-03-08 niedziela</p>	<p>NSĄCZ- D01 Podstawowa</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,) Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka piastowska-wędzona wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 100 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka piastowska-wędzona wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 100 g</p>	<p>Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 697,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,5 Tłuszcz [g] 95,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 346,9 w tym cukry [g] 86,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Sól [g] 8,6</p>

2026-03-08 niedziela	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	<p>Platki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Jabłko 1 szt 1 szt</p>		<p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p>		<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,parzo na z wodą dodaną. 40 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 100 g</p>	<p>Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 559 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139 Tłuszcz [g] 84 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 322,8 w tym cukry [g] 77,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 Sól [g] 8,3</p>
	NSĄCZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Hummus 30 g (SEZ) Sałata zielona 10 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Hummus 30 g (SEZ) Sałata zielona 10 g</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,parzo na z wodą dodaną. 40 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 100 g</p>	<p>Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)</p> <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 584,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 137,6 Tłuszcz [g] 98,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 325,9 w tym cukry [g] 59,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Sól [g] 8,4</p>

2026-03-09 poniedziałek	NSĄCZ- D01 Podstawowa	<p>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,) Pasztet pieczony drobiowy 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Papryka konserwowa 100 g</p>		<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g (MLE,) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>		<p>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 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</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>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] 24,5 Sól [g] 7,1</p>
	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	<p>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</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g (MLE,) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>		<p>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 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</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>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] 16,9 Sól [g] 6,1</p>

<p>2026-03-09 poniedziałek</p>	<p>NSĄCZ- D03 Z ogr. latwo przys. węglowodanów</p>	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami b/c () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z ryżem brązowym wegetariańskie z tofu* 300 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Dyńa duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>	<p>Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)</p>	<p>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 z ziołami 50 g (MLE,) Kiełbasa 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</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 236,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,7 Tłuszcz [g] 71,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 338,2 w tym cukry [g] 40,3 Błonnik pokarmowy [g] 48,4 Sól [g] 8,6</p>
<p>2026-03-10 wtorek</p>	<p>NSĄCZ- D01 Podstawowa</p>	<p>Płatki 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 Sałata zielona 20 g</p>		<p>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 porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>		<p>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,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 100 g</p>	<p>Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 176 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 333,5 w tym cukry [g] 50,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 11</p>

2026-03-10 wtorek	NSAÇZ- D02 Łatwo strawna	<p>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</p>	<p>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 porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>		<p>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</p>	<p>Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)</p>	<p>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 Blonnik pokarmowy [g] 21,4 Sól [g] 8,2</p>
2026-03-10 wtorek	NSAÇZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor 20 g</p>	<p>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 porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>	<p>Jogurt naturalny 3% tł. 1szt 1 szt (MLE.)</p>	<p>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 kiszony 100 g</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 109,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,4 Tłuszcz [g] 71,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 308,5 w tym cukry [g] 40,6 Blonnik pokarmowy [g] 38,8 Sól [g] 10,1</p>
2026-03-11 środa	NSAÇZ- D01 Podstawowa	<p>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.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 60 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g</p>	<p>Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypk o 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 porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml</p>		<p>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.) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 70 g (SEL.) Pomidor 100 g</p>	<p>Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 431,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,8 Tłuszcz [g] 75,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 373,8 w tym cukry [g] 96,7 Blonnik pokarmowy [g] 37,5 Sól [g] 8,3</p>

2026-03-11 środa	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	<p>Plątki 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) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 60 g (RYB, SEL) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypk o 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 jabłek* z/c 250 ml</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 70 g (SEL) Pomidor 100 g</p>	<p>Sok przecierowy Kubus 0,3L 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 319,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,1 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 363 w tym cukry [g] 94,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 5,8</p>	
	NSĄCZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 60 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml</p>	<p>Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Kasza jęczmienna/sypk o 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</p>	<p>Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)</p>	<p>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) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 70 g (SEL) Pomidor 100 g</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 215,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 336,8 w tym cukry [g] 43,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 Sól [g] 7,2</p>
	2026-03-12 czwartek	NSĄCZ- D01 Podstawowa	<p>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</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki. 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml</p>	<p>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 półtusty 50 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Pomidor 100 g</p>	<p>Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 443,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,5 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Węglowodany ogółem [g] 359,9 w tym cukry [g] 56 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Sól [g] 7,6</p>

2026-03-12 czwartek	NSAČZ- D02 Łatwo strawną	Kasza manna 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,) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona a w osłonce 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 pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Szynka Piatowska- 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 ogółemwg 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
2026-03-12 czwartek	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.) 5 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Sałata zielona 10 g	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 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 Piatowska- 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] 2 702 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 126,9 Tłuszcz [g] 95,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Węglowodany ogółem [g] 376,9 w tym cukry [g] 49,4 Błonnik pokarmowy [g] 49,3 Sól [g] 7,8
2026-03-13 piątek	NSAČZ- 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 Mandarynka 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB,) 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,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE,) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 335 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,6 Tłuszcz [g] 66,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 361,3 w tym cukry [g] 72,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sól [g] 8,5

2026-03-13 piątek	NSAÇZ- D02 Łatwo strawna	<p>Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt</p>	<p>Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>		<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 289,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,2 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 344,7 w tym cukry [g] 71 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sól [g] 6</p>	
2026-03-13 piątek	NSAÇZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Mandarynka 1 szt</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Hummus 30 g (<u>SEZ,</u>) Sałata zielona 10 g</p>	<p>Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku* b/c 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>	<p>Krakersy 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ,</u>)</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Paluszki z kminkiem 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 522,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,1 Tłuszcz [g] 108,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 321,4 w tym cukry [g] 35,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,7 Sól [g] 12,1</p>
2026-03-14 sobota	NSAÇZ- D01 Podstawowa	<p>Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, S0J, MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryz na sypko 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>		<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pasta z twarogu i warzyw 50 g (<u>MLE, SEL,</u>) Pomidor 100 g</p>	<p>Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 388,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,6 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 356,3 w tym cukry [g] 59 Błonnik pokarmowy [g] 35 Sól [g] 7,6</p>	

2026-03-14 sobota	NSAÇZ- D02 Łatwo strawna	<p>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</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>		<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR,) Pasta z twarogu i warzyw 50 g (MLE, SEL,) Pomidor 100 g</p>	<p>Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 150,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,2 Tłuszcz [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 326,7 w tym cukry [g] 55,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 Sól [g] 6,5</p>
2026-03-14 sobota	NSAÇZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	<p>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</p>	<p>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,)</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () b/c 150 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE,)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) 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,) Pasta z twarogu i warzyw 50 g (MLE, SEL,) Pomidor 100 g</p>	<p>Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)</p> <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 213,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,4 Tłuszcz [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Węglowodany ogółem [g] 359,5 w tym cukry [g] 61,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 Sól [g] 7,1</p>
2026-03-15 niedziela	NSAÇZ- D01 Podstawowa	<p>Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ,) 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-wędzona wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ogórek konserwowy 100 g (GOR,)</p>	<p>Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>		<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) 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</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 171,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,9 Tłuszcz [g] 50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 351,1 w tym cukry [g] 67,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Sól [g] 8</p>

2026-03-15 niedziela	NSAĄCZ- D02 Łatwo strawna	<p>Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzona wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g</p>	<p>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</p>		<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) 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</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>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] 16,6 Sól [g] 6,3</p>
	NSAĄCZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Sałata zielona 10 g</p>	<p>Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, 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</p>	<p>Maślanka 200 ml (MLE.)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) 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.) Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 178,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,6 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 321,8 w tym cukry [g] 55,6 Błonnik pokarmowy [g] 41 Sól [g] 9,5</p>