

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2026-02-23 poniedziałek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g		Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 003 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 68,2 Tłuszcz [g] 52,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 323,1 w tym cukry [g] 72,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,3 Sól [g] 7
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g		Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 1 963,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 69,2 Tłuszcz [g] 43,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 324,8 w tym cukry [g] 72,2 Błonnik pokarmowy [g] 15,1 Sól [g] 6,1
	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno 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.) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Ogórek kiszony 20 g	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto (ryż brązowy) wegetariańskie z tofu* 300 g (SOJ, SEL.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kalafior gotowany* 150 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.)	Mandarynka 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 010,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 75,6 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 301,8 w tym cukry [g] 53,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,8 Sól [g] 7,7

2026-02-24 wtorek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Makaron na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</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>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 100 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 619,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,3 Tłuszcz [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 383,5 w tym cukry [g] 68 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Sól [g] 10,7
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Makaron na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 335,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,4 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 345,7 w tym cukry [g] 67,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sól [g] 7,4
	NSĄCZ- 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	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>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	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>) Pomidor 20 g	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane () b/c 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 100 g	Paluszki z kminkiem 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)
2026-02-25 środa	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryz na mleku/p 350 ml (<u>MLE.</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>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 90 g Ziemniaki gotowane () 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)	Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 249,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,1 Tłuszcz [g] 68 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 321,6 w tym cukry [g] 47 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sól [g] 8,5

2026-02-25 środa	NSAÇZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pomidor 100 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Grysiwka * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Ziemniaki gotowane () 200 g Sos brokułowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dyńa duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) 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.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.)	Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 110,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,9 Tłuszcz [g] 53 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 314,3 w tym cukry [g] 46,6 Błonnik pokarmowy [g] 21 Sól [g] 6,4
	NSAÇZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych 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.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł * 5 g (MLE.) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w ostrońce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 20 g	Grysiwka * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos brokułowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Dyńa duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	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.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.)	Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 136,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,5 Tłuszcz [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Węglowodany ogółem [g] 317,5 w tym cukry [g] 31,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Sól [g] 8,7
2026-02-26 czwartek	NSAÇZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) 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.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 100 g		Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Marchew gotowana z olejem* 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.) Pasta drobiowo-warzywna ów z kurczaka () 60 g (SEL.) Papryka konserwowa 100 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 471,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,6 Tłuszcz [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 354,3 w tym cukry [g] 81 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 Sól [g] 8
	NSAÇZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 100 g		Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 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.) Pasta drobiowo-warzywna ów z kurczaka () 60 g (SEL.) Pomidor 100 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 475,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,9 Tłuszcz [g] 74 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 352,1 w tym cukry [g] 82,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 7,1

2026-02-26 czwartek	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami b/c () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Chrupki kukurydziane 20 g	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>) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 60 g (<u>SEL.</u>) Papryka konserwowa 100 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 440,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,4 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 342,3 w tym cukry [g] 67,8 Błonnik pokarmowy [g] 50,9 Sól [g] 7,5
2026-02-27 piątek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</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>) Serek a'la homogenizowany 40 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Mandarynka 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka żydowska z olejem () 150 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 133,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,9 Tłuszcz [g] 57,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 323,9 w tym cukry [g] 74,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Sól [g] 6,7	
2026-02-27 piątek	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	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 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 100,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,3 Tłuszcz [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 319,2 w tym cukry [g] 75,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sól [g] 5,6	
2026-02-27 piątek	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	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>) Serek a'la homogenizowany 40 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt	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>) Ogórek kiszony 20 g	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku* (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka żydowska z olejem () b/c 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	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 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 081,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,7 Tłuszcz [g] 70,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 294,8 w tym cukry [g] 51,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,9 Sól [g] 7,2

2026-02-28 sobota	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) 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-wędziona 50 g (SOJ.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 100 g		Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Brokuł 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 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.) Kielbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałatka z pomidora i sałaty 100 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 289,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,6 Tłuszcz [g] 67 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 335,7 w tym cukry [g] 66,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 Sól [g] 8,3
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędziona 50 g (SOJ.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 100 g		Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) 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 JĘCZ.) 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.) Sałatka z pomidora i sałaty 100 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 236,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,5 Tłuszcz [g] 65,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 319,6 w tym cukry [g] 63,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sól [g] 7,6
	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych 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-wędziona 50 g (SOJ.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Ogórek kiszony 20 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Brokuł gotowany* 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)	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.) 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.) Sałatka z pomidora i sałaty 100 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 279,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,4 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 329,5 w tym cukry [g] 67,3 Błonnik pokarmowy [g] 43,2 Sól [g] 8,5

2026-03-01 niedziela	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) 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.) Ser żółty 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g		Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 90 g Ziemniaki gotowane () 200 g Kapusta zasmażana 150 g (GLU PSZ.) 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 ZYT, GLU JĘCZ.) 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.) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pasta z twarogu i warzyw 50 g (MLE, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 278,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 317,3 w tym cukry [g] 46,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sól [g] 8,5
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g		Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 90 g Ziemniaki gotowane () 200 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, 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 ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pasta z twarogu i warzyw 50 g (MLE, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 063,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,9 Tłuszcz [g] 48,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 297,8 w tym cukry [g] 40,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,1 Sól [g] 7,3
	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Ogórek kiszony 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Ogórek kiszony 20 g	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kapusta zasmażana (bez cukru) 150 g (GLU PSZ.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Podpłytki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) 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.) Pasta z twarogu i warzyw 50 g (MLE, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 144,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7 Węglowodany ogółem [g] 309,8 w tym cukry [g] 35,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sól [g] 8,1
2026-03-02 poniedziałek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Pomidor 100 g		Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) 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.) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g (RYB, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 110,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,4 Tłuszcz [g] 58,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 322,6 w tym cukry [g] 77,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Sól [g] 8

2026-03-02 poniedziałek	NSAČZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Pomidor 100 g		Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> , MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 60 g (<u>RYB.</u> , MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 1 981,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 89,2 Tłuszcz [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 293,1 w tym cukry [g] 69,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 7,1
	NSAČZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Brokułowa z ryżem 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> , MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (MLE, <u>SEL.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g (<u>RYB.</u> , MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 165,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 91,3 Tłuszcz [g] 71,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 309,8 w tym cukry [g] 35,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,5 Sól [g] 7,6
2026-03-03 wtorek	NSAČZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzona wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Wielowarzywna z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , MLE, <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka duszony 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SOJ.</u> , MLE.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Pomidor 100 g	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 308,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 114,5 Tłuszcz [g] 66,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 323,1 w tym cukry [g] 49,9 Błonnik pokarmowy [g] 29 Sól [g] 9,2		
	NSAČZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzona wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Wielowarzywna z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ.</u> , MLE, <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SOJ.</u> , może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Pomidor 100 g	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 068,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 107,5 Tłuszcz [g] 48,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 301,1 w tym cukry [g] 49,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 7,4		

2026-03-03 wtorek	NSAČZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	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>) Szynka piastowska-wędzonna 40 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Hummus 20 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 20 g	Wielowarzynna z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	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>) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 036,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96 Tłuszcz [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 291,4 w tym cukry [g] 45,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 8,8
2026-03-04 środa	NSAČZ- 1 Podstawowa	Platki 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	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>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 256,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,5 Tłuszcz [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 365,9 w tym cukry [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 43 Sól [g] 8,3
	NSAČZ- 2 Łatwo strawna	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g	Grysiwka* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Grysiwka* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 103,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,9 Tłuszcz [g] 50,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 325,2 w tym cukry [g] 57,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sól [g] 8

<p>2026-03-04 środa</p>	<p>NSĄCZ- 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g</p>	<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () b/c 150 g Surówka z marchwi i selera b/c () 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadanej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 315,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,8 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 360,6 w tym cukry [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 50 Sól [g] 8,1</p>
-------------------------	---	---	--	--	--	---	--------------------------	---