

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2026-03-30 poniedziałek	NSĄCZ- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g		Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) 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 (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[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] 337,3 w tym cukry [g] 77,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Sól [g] 8
	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g		Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) 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 (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 1 981,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,2 Tłuszcz [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 301 w tym cukry [g] 69,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 7,1
	NSĄCZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Brokułowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	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>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 165,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,3 Tłuszcz [g] 71,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 331,4 w tym cukry [g] 35,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,5 Sól [g] 7,6

2026-03-31 wtorek	NSĄCZ- D01 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-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędziona 40 g (SOJ.) wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g		Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udka pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) 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-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztecik pieczony drobiowy 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 100 g	Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 632 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 139 Tłuszcz [g] 96,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Węglowodany ogółem [g] 325,1 w tym cukry [g] 48,1 Błonnik pokarmowy [g] 29 Sól [g] 9,5
	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędziona 40 g (SOJ.) wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udka gotowane 1 szt. 210 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) 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 pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g	Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 451,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 135 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Węglowodany ogółem [g] 307,7 w tym cukry [g] 48,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,7 Sól [g] 8
	NSĄCZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędziona 40 g (SOJ.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Hummus 20 g (SEZ.) Pomidor 20 g	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udka gotowane 1 szt. 210 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) 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 (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 418,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 123,4 Tłuszcz [g] 89,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 315 w tym cukry [g] 45,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Sól [g] 9,4

2026-04-01 środa	NSĄCZ- D01 Podstawowa	<p>Płatki 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 ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Sałatka z pomidora i sałaty zielonej 100 g</p>	<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i selera () 150 g (MLE, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>	<p>Kawa zbożowa z makiem/p b/c 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.) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 314,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 107,4 Tłuszcz [g] 56 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 378,7 w tym cukry [g] 63 Błonnik pokarmowy [g] 43 Sól [g] 8,3</p>
	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	<p>Płatki 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Sałatka z pomidora i sałaty zielonej 100 g</p>	<p>Grysiwka* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>	<p>Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 1 989,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 94,9 Tłuszcz [g] 47,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 308,9 w tym cukry [g] 48,6 Błonnik pokarmowy [g] 23 Sól [g] 7,5</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 ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Sałatka z pomidora i sałaty zielonej 100 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Twarożek 20 g (MLE.) Sałata zielona 10 g</p>	<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () b/c 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g</p>
2026-04-02 czwartek	NSĄCZ- D01 Podstawowa	<p>Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/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.) Pasta z twarogu i cebuli 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>	<p>Kawa zbożowa z makiem/p b/c 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-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.)</p>	<p>Mandarynka 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 199,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,9 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 336,6 w tym cukry [g] 54,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 8,8</p>

2026-04-02 czwartek	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	Zacierka 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,) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) 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 JECZ,) 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,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,)	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 237,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,4 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 326,1 w tym cukry [g] 56,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 7,2
	NSĄCZ- 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,) Pasta z twarogu i cebuli 50 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE,) Ser żółty 20 g (MLE,) Pomidor 20 g	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Risotto z r mięsem wieprz i warzywami* 400 g (SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kefir 2% tł 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,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,)	Mandarynka 1 szt
2026-04-03 piątek	NSĄCZ- D01 Podstawowa	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Kakao z mlekiem b/c 250 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,) Twaróg półtusty 50 g (MLE,) Miód (25g) 1 szt Mus z jabłek prażonych 100 g	Dyniowa z makaronem 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB,) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		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,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE,) Pomidor 100 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 533,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,7 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 390 w tym cukry [g] 76,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 6,6
	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twaróg półtusty 50 g (MLE,) Miód (25g) 1 szt Mus z jabłek prażonych 100 g	Dyniowa z makaronem 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB,) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE,) Pomidor 100 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 430,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,4 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 359,7 w tym cukry [g] 65,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sól [g] 6,3

2026-04-03 piątek	NSĄCZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 150 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE.) Pomidor 100 g	Paluszki z kminkiem 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 457,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,1 Tłuszcz [g] 90,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 336,1 w tym cukry [g] 69,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Sól [g] 8,8
2026-04-04 sobota	NSĄCZ- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Pomidor 100 g		Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 369,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,3 Tłuszcz [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 413,4 w tym cukry [g] 102,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Sól [g] 7
	NSĄCZ- D02 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.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Pomidor 100 g		Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Płatki 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.) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 254,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,7 Tłuszcz [g] 49,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Węglowodany ogółem [g] 379,8 w tym cukry [g] 96,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 Sól [g] 5,9
2026-04-04 sobota	NSĄCZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Pomidor 100 g	Sok pomidorowy 200 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Chrupki kukurydziane 20 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 334,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,2 Tłuszcz [g] 70,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 380 w tym cukry [g] 72,4 Błonnik pokarmowy [g] 44,3 Sól [g] 8,2

2026-04-05 niedziela	NSAÇZ- D01 Podstawowa	<p>Płatki pszenne na mleku 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.) Jajko gotowane kl L 1 szt (JAJ.) Kielbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g</p>	<p>Żurek z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kapusta zasmażana () 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 150 g Babka makowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml</p>		<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 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.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.)</p>	<p>Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 509,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 110,7 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Węglowodany ogółem [g] 387,9 w tym cukry [g] 69,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Sól [g] 9,1</p>
	NSAÇZ- D02 Łatwo strawna	<p>Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) 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.) Kielbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g</p>	<p>Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.)</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-wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.)</p>	<p>Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 394,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 105,7 Tłuszcz [g] 61,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Węglowodany ogółem [g] 366,9 w tym cukry [g] 77,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Sól [g] 7,9</p>
	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.) 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>Żurek z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab gotowany 90 g Kapusta zasmażana () 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml Paluszki z kminkiem 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml</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-wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.)</p>