

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2025-09-04 czwartek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Połędwica premium-wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g		Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędz ona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brz oskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 740 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,3 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 438,9 w tym cukry [g] 121 Błonnik pokarmowy [g] 41 Sól [g] 10,5
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Połędwica premium-wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g		Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędz ona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brz oskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 376,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105 Tłuszcz [g] 66,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 349,6 w tym cukry [g] 85,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sól [g] 6,5

2025-09-04 czwartek	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Połędwica premium-wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 20 g	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Szyńka piastowska-wędzona wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>)	Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 345 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106 Tłuszcz [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 329,1 w tym cukry [g] 56,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 Sól [g] 10,8
2025-09-05 piątek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Brzoskwinia 1 szt 1 szt Mix sałat 20 g		Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z mozzarellą. 100 g (<u>MLE,</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Chałka 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 861,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,5 Tłuszcz [g] 95,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 411,3 w tym cukry [g] 84,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 6,7
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenno-żytni 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Brzoskwinia 1 szt 1 szt Mix sałat 20 g		Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenno-żytni 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z mozzarellą. 100 g (<u>MLE,</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Chałka 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 491,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,7 Tłuszcz [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Węglowodany ogółem [g] 367,2 w tym cukry [g] 72,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 5

2025-09-05 piątek	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Mix салат 20 g	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	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba gotowana (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka z pomidora i salaty lodowej z mozzarellą. 100 g (<u>MLE.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 458,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 111,2 Tłuszcz [g] 101,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 293,8 w tym cukry [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 Sól [g] 8
2025-09-06 sobota	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędz ona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek Fromage 40 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sałatka wiosenna () 100 g	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 100 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 610,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,8 Tłuszcz [g] 89,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Węglowodany ogółem [g] 367,2 w tym cukry [g] 93,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Sól [g] 8,1

2025-09-06 sobota	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędz ona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Sałatka wiosenna - diety 100 g		Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 350,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,9 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 317,2 w tym cukry [g] 82,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Sól [g] 8
	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-wędz onka wieprzowa,wędz ona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Sałatka wiosenna () 100 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 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.) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Cukinia pieczona z olejem () 100 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 420,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,9 Tłuszcz [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Węglowodany ogółem [g] 334,4 w tym cukry [g] 70 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 Sól [g] 9
	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser żółty 50 g (MLE.) Szpinak baby 20 g Pomidor 80 g		Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane () 200 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędz ona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g	Sok owocowo-warzyw ny 0,2L kubek 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 731,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,6 Tłuszcz [g] 100,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 334,5 w tym cukry [g] 89,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Sól [g] 9,6

2025-09-07 niedziela	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE,) Pomidor 80 g Szpinak baby 20 g		Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane () 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędz ona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Brokuł gotowany* 100 g	Sok owocowo-warzyw ny 0,2L kubek 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 517,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 136,6 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 319,2 w tym cukry [g] 87,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,3 Sól [g] 8,3
	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,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser żółty 50 g (MLE,) Pomidor 80 g Szpinak baby 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek kiszony 20 g	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	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-wędz onka wieprzowa,wędz ona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Brokuł gotowany* 100 g	Sok owocowo-warzyw ny 0,2L kubek 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 563,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 133,3 Tłuszcz [g] 101,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Węglowodany ogółem [g] 300,9 w tym cukry [g] 60,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Sól [g] 10
	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Roszponka 20 g		Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g (MLE,) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 100,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,6 Tłuszcz [g] 48,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 350 w tym cukry [g] 114,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Sól [g] 7,5

2025-09-08 poniedziałek	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Rozszponka 20 g		Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truska wkowy* 100 g (MLE.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 056,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,3 Tłuszcz [g] 47,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Węglowodany ogółem [g] 337,5 w tym cukry [g] 112,6 Błonnik pokarmowy [g] 13,8 Sól [g] 5,5
	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Rozszponka 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Papryka świeża 20 g	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie* 300 g (SOJ, SEL.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 150 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.)	Śliwka 150 g	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 080,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,2 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 307,9 w tym cukry [g] 60 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Sól [g] 8,5
	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 30 g (RYB, SEL.) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g		Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLUPSZ, JAJ.) Kasza gryczana 200 g Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzona wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Śliwka 150 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoszwinia 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 535,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 411,3 w tym cukry [g] 109,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,4 Sól [g] 6,9

2025-09-09 wtorek	NSAČZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Połędwica premium-wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g		Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Kasza jęczmienna/sypk o 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędz ona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brz oskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 233,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,9 Tłuszcz [g] 48,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 363,4 w tym cukry [g] 105,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 Sól [g] 6,1
	NSAČZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Połędwica premium-wędlna dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g	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 gryczana 200 g 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 mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa,wędz ona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sliwka 150 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brz oskwinia 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 347,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,8 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Węglowodany ogółem [g] 363,2 w tym cukry [g] 86,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,4 Sól [g] 7,9
	NSAČZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g		Grycikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kotlet drobiowy panierowany z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Sałata zielona z kefirem 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Chalka 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 665,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105 Tłuszcz [g] 85,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 386,5 w tym cukry [g] 75,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Sól [g] 8

2025-09-10 środa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15g (MLE,) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g		Grycikowa () 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,) Sałata zielona z kefirem 100 g (MLE,) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL,)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,) Chalka 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 268,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,8 Tłuszcz [g] 58,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 340,8 w tym cukry [g] 64,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 6,1
	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE,) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE,) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 20 g (SOJ,) Ogórek kiszony 20 g	Grycikowa () 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 Marchew gotowana z olejem () 150 g Sałata zielona z kefirem 100 g (MLE,) Kompot z porzeczeki 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 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL,)	Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 161,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,9 Tłuszcz [g] 64,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 318,3 w tym cukry [g] 48,7 Błonnik pokarmowy [g] 41,1 Sól [g] 11,4