

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2025-04-28 poniedziałek	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 ZYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 40 g (<u>SEL.</u>) Szprot w sosie pomidorowym 30 g (<u>RYB, SEL.</u>) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g		Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z serem 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Paszтет z ciecierzycy () 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 385,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 358,3 w tym cukry [g] 116,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 6,2
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 60 g (<u>SEL.</u>) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)		Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron z serem 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 306,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,9 Tłuszcz [g] 58,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 345,5 w tym cukry [g] 112,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 Sól [g] 4,7

2025-04-28 poniedziałek	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta drobiowo-warz ywna ćw z kurczaka () 60 g (<u>SEL.</u>) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	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 5 g	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z serem b/c 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b /c 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Paszтет z ciecierzycy () 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Sok owocowo-warz ywny 0,2L kubek 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kca l] [kcal] 2 393,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,7 Tłuszcz [g] 79,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 317,5 w tym cukry [g] 73,3 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 Sól [g] 6,4
2025-04-29 wtorek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g		Wielowarzywn a z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 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 Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd. wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g	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[kca l] [kcal] 2 493,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,5 Tłuszcz [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 358,7 w tym cukry [g] 68,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Sól [g] 9,1

2025-04-29 wtorek	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Wielowarzywna z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos szpinakowy* 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 JĘCZ,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd. wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g	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] 2 191 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,9 Tłuszcz [g] 55,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Węglowodany ogółem [g] 326,5 w tym cukry [g] 65,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,1 Sól [g] 6,3
	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-pszen na 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>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałata 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	Wielowarzywna z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem 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 Dynia 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 JĘCZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd. wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 30 g

2025-04-30 środa	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU OW</u>,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>,) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>,) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE</u>,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>,) Roszponka 20 g Papryka świeża 80 g		Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>,) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>,) Ćwikła z chrzanem () 150 g (<u>MLE</u>, <u>S02</u>,) Kalafior gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU ŻYT</u>, <u>GLU JĘCZ</u>,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>,) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>,) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE</u>,) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 60 g (<u>SEL</u>,) Brokuł gotowany* 100 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 601,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,5 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Węglowodany ogółem [g] 397 w tym cukry [g] 114,6 Błonnik pokarmowy [g] 44 Sól [g] 8,2
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU OW</u>,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>,) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u>,) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE</u>,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>,) Roszponka 20 g Pomidor 80 g		Grycikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>,) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>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</u>, <u>GLU ŻYT</u>, <u>GLU JĘCZ</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>,) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 60 g (<u>SEL</u>,) Brokuł gotowany* 100 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 256,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,9 Tłuszcz [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 334,5 w tym cukry [g] 103,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sól [g] 6,5

2025-04-30 środa	NSĄCZ-6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Roszpinka 20 g Papryka świeża 80 g	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>) Rzodkiew biała 20 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 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>) Kalafior gotowany* 150 g Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta drobiowo-warz ywna ćw z kurczaka () 60 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 418,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,3 Tłuszcz [g] 75,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 344,1 w tym cukry [g] 69,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,1 Sól [g] 10,1
2025-05-01 czwartek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Półędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 405,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,1 Tłuszcz [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 374,3 w tym cukry [g] 81,8 Błonnik pokarmowy [g] 31 Sól [g] 5,8

2025-05-01 czwartek	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 410 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,6 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 370,4 w tym cukry [g] 82,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sól [g] 5,6
	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>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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 kiszony 20 g	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE,</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 326,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,1 Tłuszcz [g] 81,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 314,1 w tym cukry [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 44,9 Sól [g] 6,6

2025-05-02 piątek	NSĄCZ-1 Podstawowa	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt		Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Marchew gotowana z olejem () 150 g 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 ZYT,</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Roszponka 20 g Kalafior gotowany* 80 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,9 Tłuszcz [g] 84 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 380,9 w tym cukry [g] 111 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Sól [g] 8,6
	NSĄCZ-2 Łatwo strawna	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>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 twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt		Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Roszponka 20 g Kalafior gotowany* 80 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 341,3 w tym cukry [g] 98,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sól [g] 6,9

2025-05-02 piątek	NSĄCZ- 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</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>) Mandarynka 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Bułka graham-pszen na 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>) Roszponka 20 g Kalafior gotowany* 80 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2365,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,3 Tłuszcz [g] 81,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 325,3 w tym cukry [g] 53 Błonnik pokarmowy [g] 40,6 Sól [g] 8,9
-------------------	---	---	-------------------	--	---	--	---------------------------	---