

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-05-11 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta z twarogu i warzyw 30 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 60 g	Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta z twarogu i warzyw 30 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 60 g	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta z twarogu i warzyw 30 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 60 g
	II ŚN			Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Twaróg półtusty 80 g ( <b>MLE,</b> ) Mus z jabłek () z/c 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 160 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Twaróg półtusty 80 g ( <b>MLE,</b> ) Mus z jabłek () z/c 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 160 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Twaróg półtusty 80 g ( <b>MLE,</b> ) Mus z jabłek () b/c 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 160 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 25 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g
	PN	Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> )		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 25 g
	Wartość energetyczna: 2133.01 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Tłuszcz: 52.70 g; Węglowodany ogółem: 363.33 g;	Wartość energetyczna: 2136.21 kcal; Białko ogółem: 83.03 g; Tłuszcz: 53.35 g; Węglowodany ogółem: 355.63 g;	Wartość energetyczna: 2160.70 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 66.17 g; Węglowodany ogółem: 341.37 g;	

	ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	
2026-05-12 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Twarożek z koperkiem 30 g ( <b>MLE,</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 60 g	Zacierka na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Twarożek z koperkiem 30 g ( <b>MLE,</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 60 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Twarożek z koperkiem 30 g ( <b>MLE,</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 60 g
		II ŚN		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 80 g Buraczki gotowane () 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 80 g Buraczki gotowane () 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Sok pomidorowy 200 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Rzodkiew biała 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta warzywna* 80 g ( <b>SEL,</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Rzodkiew biała 80 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałkó ,parzony , w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 25 g	
		Wartość energetyczna: 1815.79 kcal; Białko ogółem: 87.43 g; Tłuszcz: 48.34 g; Węglowodany ogółem: 278.18 g;	Wartość energetyczna: 1933.06 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 50.04 g; Węglowodany ogółem: 291.91 g;	Wartość energetyczna: 1817.45 kcal; Białko ogółem: 86.34 g; Tłuszcz: 50.80 g; Węglowodany ogółem: 285.85 g;

	ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	
2026-05-13 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 60 g	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL,</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 60 g
	II ŚN		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 20 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 25 g	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem() 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 80 g Fasolka szparagowa z wody* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem() 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Marchew oprószana z olejem () 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 80 g Fasolka szparagowa z wody* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku () 80 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku () 80 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku () b/c 80 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )
	PN	Wafle ryżowe 30 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 1865.62 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; Tłuszcz: 49.20 g; Węglowodany ogółem: 289.93 g;	Wartość energetyczna: 1935.73 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 49.34 g; Węglowodany ogółem: 296.35 g;	Wartość energetyczna: 1920.36 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 55.95 g; Węglowodany ogółem: 294.99 g;	

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-05-14 czwartek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Kawa zbożowa b/c 250 ml (<b>GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Chleb Graham 50 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<b>MLE.</b>)                      Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g                      Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)                      Sałatka jarzynowa (*) 60 g (<b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>)                      Sałata zielona 10 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Kawa zbożowa b/c 250 ml (<b>GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b>)                      Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<b>MLE.</b>)                      Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g                      Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)                      Sałatka jarzynowa - dieta (*) 60 g (<b>MLE, SEL.</b>)                      Sałata zielona 10 g</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<b>SEL, GLU OW.</b>)                      Kawa zbożowa b/c 250 ml (<b>GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</b>)                      Chleb Graham 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<b>MLE.</b>)                      Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g                      Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)                      Sałatka jarzynowa (*) 60 g (<b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b>)                      Sałata zielona 10 g</p>
	II ŚN			Maślanka 200 ml ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Fasolka po bretońsku 220 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b>)                      Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 80 g (<b>SEL.</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 80 g                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<b>SEL, GLU JEĆZ.</b>)                      Sos pomidorowy 80 ml (<b>GLU PSZ.</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 160 g                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b>)                      Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<b>SEL, GLU JEĆZ.</b>)                      Cukinia pieczona z olejem * 80 g                      Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 80 g (<b>SEL.</b>)                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>
	PD			<p>Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (<b>MLE.</b>)                      Schab gotowany 20 g                      Sałata zielona 10 g</p>
	Kolacja	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Chleb Graham 50 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<b>MLE.</b>)                      Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<b>MLE.</b>)                      Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<b>MLE.</b>)                      Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<b>MLE.</b>)                      Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Chleb Graham 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<b>MLE.</b>)                      Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<b>MLE.</b>)                      Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g</p>
PN		Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	<p>Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (<b>MLE.</b>)                      Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b>)                      Pomidor 25 g</p>	
		<p>Wartość energetyczna: 2116.89 kcal; Białko ogółem: 79.24 g; Tłuszcz: 60.48 g; Węglowodany ogółem: 345.20 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2058.58 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 59.03 g; Węglowodany ogółem: 312.07 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2089.81 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 73.05 g; Węglowodany ogółem: 300.44 g;</p>

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-05-15 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 30 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z tofu i marchewki 30 g ( <u>SOJ,</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Kefir 2% tł 150 ml ( <u>MLE,</u> )
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Sledź z cebulką w oleju 100 g ( <u>RYB,</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 160 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB,</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 25 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta jajeczno-brokulowa 60 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta jajeczno-brokulowa 60 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta jajeczno-brokulowa 60 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g
	PN	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek z koperkiem 20 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 1992.08 kcal; Białko ogółem: 70.75 g; Tłuszcz: 61.79 g; Węglowodany ogółem: 313.31 g;	Wartość energetyczna: 1973.60 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 46.01 g; Węglowodany ogółem: 318.89 g;	Wartość energetyczna: 1886.10 kcal; Białko ogółem: 92.55 g; Tłuszcz: 51.45 g; Węglowodany ogółem: 296.47 g;	

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-05-16 sobota	Śniadanie	Platki jęczmienna na mleku /p 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz, parz w osłonce niejadalnej) 70 g ( <b>SOJ,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 60 g Ketchup 20 g ( <b>SEL,</b> )	Platki jęczmienna na mleku /p 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 10 g Pasta z brokuła * 60 g	Platki jęczminne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU JECZ,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 60 g
	II ŚN			Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 20 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Chłopski garnek 250 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR,</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem brązowym* 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 80 g Fasolka szparagowa z wody* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE,</b> )
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Sałatka wiosenna 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Sałatka wiosenna - diety 80 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Sałatka wiosenna 80 g
PN	Banan 1szt. 1 szt		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2010.17 kcal; Białko ogółem: 68.32 g; Tłuszcz: 70.93 g; Węglowodany ogółem: 299.01 g;	Wartość energetyczna: 2058.56 kcal; Białko ogółem: 82.10 g; Tłuszcz: 55.69 g; Węglowodany ogółem: 326.37 g;	Wartość energetyczna: 1938.23 kcal; Białko ogółem: 86.77 g; Tłuszcz: 58.75 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g;	

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-05-17 niedziela	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta z sera żółtego i brokuła 30 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 30 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta z sera żółtego i brokuła 30 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g
	II ŚN			Maślanka 150 ml ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Czwartka z kurczaka pieczona 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 80 g Buraczki gotowane () b/c 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Czwartka z kurczaka gotowana 150 g Buraczki gotowane () b/c 80 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Czwartka z kurczaka gotowana 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 80 g Buraczki gotowane () b/c 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b> ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b> ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b> ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <b>MLE,</b> ) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków parzony , w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2227.99 kcal; Białko ogółem: 118.75 g; Tłuszcz: 78.19 g; Węglowodany ogółem: 283.79 g;	Wartość energetyczna: 2133.76 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 69.40 g; Węglowodany ogółem: 277.36 g;	Wartość energetyczna: 2241.04 kcal; Białko ogółem: 123.90 g; Tłuszcz: 79.53 g; Węglowodany ogółem: 284.63 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-05-18 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Chleb Graham 50 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<b>MLE.</b>)                      Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 30 g (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)                      Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>)                      Sałata zielona 10 g                      Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 60 g (<b>SEL.</b>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<b>MLE.</b>)                      Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<b>SOJ.</b>)                      Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>)                      Sałata zielona 10 g                      Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 60 g (<b>SEL.</b>)</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<b>SEL, GLU OW.</b>)                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Chleb Graham 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<b>MLE.</b>)                      Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 30 g (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)                      Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>)                      Sałata zielona 10 g                      Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 60 g (<b>SEL.</b>)</p>
	II ŚN			Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	<p>Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b>)                      Ryż na sypko 180 g                      Mus z jabłek () b/c 100 g                      Sos jogurtowo-porzeczkowy* 80 g (<b>MLE.</b>)                      Surówka z marchwi z olejem b/c () 160 g                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Ryż na sypko 180 g                      Mus z jabłek () b/c 100 g                      Sos jogurtowo-porzeczkowy* 80 g (<b>MLE.</b>)                      Surówka z marchwi z olejem b/c () 160 g                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b>)                      Ryż na sypko (brązowy) 180 g                      Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g                      Fasolka szparagowa z wody* 80 g                      Surówka z marchwi z olejem b/c () 80 g                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )
	Kolacja	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Chleb Graham 50 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<b>MLE.</b>)                      Pasta z twarogu i rzodkwi 60 g (<b>MLE.</b>)                      Pomidor 80 g</p>	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b>)                      Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<b>MLE.</b>)                      Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<b>MLE.</b>)                      Pomidor 80 g</p>	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b>)                      Chleb Graham 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<b>MLE.</b>)                      Pasta z twarogu i rzodkwi 60 g (<b>MLE.</b>)                      Pomidor 80 g</p>
	PN	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		
	Wartość energetyczna: 1996.42 kcal; Białko ogółem: 66.85 g; Tłuszcz: 58.08 g; Węglowodany ogółem: 333.67 g;	Wartość energetyczna: 1897.88 kcal; Białko ogółem: 66.74 g; Tłuszcz: 46.54 g; Węglowodany ogółem: 325.23 g;	Wartość energetyczna: 2143.74 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 71.99 g; Węglowodany ogółem: 306.50 g;	

	ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	
2026-05-19 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 30 g ( <u>JAJ, MLE, SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 60 g	Makaron na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 30 g ( <u>JAJ, MLE, SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 30 g ( <u>JAJ, MLE, SEL.</u> ) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 60 g
	II ŚN		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 20 g Sałata zielona 10 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 160 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Sok pomidorowy b/s 200 ml	
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ryba gotowana (Morszczuk) 60 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku () 80 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ryba gotowana (Morszczuk) 60 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku () 80 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ryba gotowana (Morszczuk) 60 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku () b/c 80 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	
PN	Bułka masłana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 25 g	
	Wartość energetyczna: 2089.38 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 51.92 g; Węglowodany ogółem: 329.05 g;	Wartość energetyczna: 2069.10 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 49.98 g; Węglowodany ogółem: 319.02 g;	Wartość energetyczna: 2035.95 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 58.35 g; Węglowodany ogółem: 312.43 g;	

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-05-20 środa	Śniadanie	Ryż na mleku/p 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 30 g ( <u>GLU PSZ, JA, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ</u> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ</u> ) Sałata zielona 10 g Sałatka z pomidorów i koperku 60 g	Ryż na mleku/p 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g Sałatka z pomidorów i koperku 60 g	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g Sałatka z pomidorów i koperku 60 g
	II ŚN			Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE</u> )
	Obiad	Grysikowa * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Sos brokułowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Sałata zielona z kefirem 80 g ( <u>MLE</u> ) Dyńia duszona z marchewką * 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Sos brokułowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Sałata zielona z kefirem 80 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Sałata zielona z kefirem 80 g ( <u>MLE</u> ) Dyńia duszona z marchewką * 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt
PN	Wafle ryżowe 30 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 20 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 10 g Wafle ryżowe 30 g	
	Wartość energetyczna: 1901.06 kcal; Białko ogółem: 81.26 g; Tłuszcz: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 313.85 g;	Wartość energetyczna: 1893.87 kcal; Białko ogółem: 80.51 g; Tłuszcz: 43.79 g; Węglowodany ogółem: 308.18 g;	Wartość energetyczna: 1932.15 kcal; Białko ogółem: 82.93 g; Tłuszcz: 48.95 g; Węglowodany ogółem: 318.32 g;	

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-05-21 czwartek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml ( <b>MLE</b> ,) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JEĆZ</b> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE</b> ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtusty 30 g ( <b>MLE</b> ,) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml ( <b>MLE</b> ,) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JEĆZ</b> ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE</b> ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtusty 30 g ( <b>MLE</b> ,) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> ,) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JEĆZ</b> ,) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE</b> ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtusty 30 g ( <b>MLE</b> ,) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g
	II ŚN			Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <b>MLE</b> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</b> ,) Pomidor 25 g
	Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (*) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ,) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</b> ,) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ,) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,) Brokuł gotowany z olejem* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (*) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ,) Makaron peinoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,) Brokuł gotowany z olejem* 80 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 80 g ( <b>SEL</b> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE</b> ,) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 60 g ( <b>SEL</b> ,) Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE</b> ,) Pasta z tofu i marchewki 60 g ( <b>SOJ</b> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL</b> ,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE</b> ,) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 60 g ( <b>SEL</b> ,) Pomidor 80 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <b>MLE</b> ,)		Sok pomidorowy 200 ml
	Wartość energetyczna: 1945.37 kcal; Białko ogółem: 75.45 g; Tłuszcz: 64.10 g; Węglowodany ogółem: 290.07 g;	Wartość energetyczna: 1964.75 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz: 58.07 g; Węglowodany ogółem: 292.95 g;	Wartość energetyczna: 1918.46 kcal; Białko ogółem: 78.62 g; Tłuszcz: 62.34 g; Węglowodany ogółem: 295.39 g;	

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-05-22 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g	Zacierka na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g 1 szt Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE,</b> ) Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Maślanka 150 ml ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB,</b> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 80 g Warzywa po grecku* 80 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB,</b> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Warzywa po grecku* 160 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym* 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g ( <b>RYB,</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 80 g Warzywa po grecku * (bez cukru) 80 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Rzodkiew biała 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Cwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Rzodkiew biała 80 g
	PN		Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> )	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <b>MLE,</b> ) Serek a'la fromage z ziołami 20 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 25 g
		Wartość energetyczna: 2139.42 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 51.91 g; Węglowodany ogółem: 350.33 g;	Wartość energetyczna: 2233.93 kcal; Białko ogółem: 94.19 g; Tłuszcz: 51.20 g; Węglowodany ogółem: 364.00 g;	Wartość energetyczna: 1862.39 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz: 51.99 g; Węglowodany ogółem: 290.29 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-05-23 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE,</u> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz, parz w ostrońce niejadalne) 70 g ( <u>SOJ,</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g Musztarda 10 g ( <u>GOR,</u> )	Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE,</u> ) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ,</u> ) Twaróg półtusty 30 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE,</u> ) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ,</u> ) Twaróg półtusty 30 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 60 g
	II ŚN			Jogurt naturalny 150 g ( <u>MLE,</u> )
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * () 300 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Gulasz z udzka kurczaka 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 80 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
	PD			Sok pomidorowy b/s 200 ml
	Kolacja	Kakao/p b/c 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE,</u> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 100 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> )	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE,</u> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 100 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> )	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <u>MLE,</u> ) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 100 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> )
PN	Banan 1szt. 1 szt		Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 20 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2175.14 kcal; Białko ogółem: 80.33 g; Tłuszcz: 67.95 g; Węglowodany ogółem: 338.72 g;	Wartość energetyczna: 2004.10 kcal; Białko ogółem: 77.02 g; Tłuszcz: 44.21 g; Węglowodany ogółem: 344.77 g;	Wartość energetyczna: 1884.27 kcal; Białko ogółem: 78.46 g; Tłuszcz: 56.36 g; Węglowodany ogółem: 299.45 g;	

	ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.		
2026-05-24 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 10 g Pasta z cukinii i marchewki 60 g	Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 10 g Pasta z cukinii i marchewki 60 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 10 g Pasta z cukinii i marchewki 60 g	
		II ŚN		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g	
		Obiad	Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 80 g Mizeria 80 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane () 180 g Mizeria 160 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
		PD		Maślanka 150 ml ( <b>MLE,</b> )	
		Kolacja	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g ( <b>MLE,</b> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g
		PN	Jabłko 1 szt 1 szt		Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g ( <b>MLE,</b> ) Filet z indyka gotowany (bez soli) 20 g Pomidor 25 g
	Wartość energetyczna: 1775.05 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 43.65 g; Węglowodany ogółem: 274.19 g;	Wartość energetyczna: 1854.64 kcal; Białko ogółem: 94.31 g; Tłuszcz: 45.62 g; Węglowodany ogółem: 276.85 g;	Wartość energetyczna: 1899.22 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 55.58 g; Węglowodany ogółem: 273.48 g;		

## **Oznaczenia alergenów:**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

## **Oznaczenia wskaźników odż.:**

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,  
Tłuszcz - Tłuszcz,  
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,  
Sód - Sód,  
Sól - Sól,  
Potas - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,  
Ener z B. - % energii z białka,  
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,  
Ener z W. - % energii z węglowodanów,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,