

	ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.		
2026-06-08 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE</u>.) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>.) Pasta z twarogu i warzyw 30 g (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 50 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE</u>.) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>.) Pasta z twarogu i warzyw 30 g (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g</p>	<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE</u>.) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>.) Pasta z twarogu i warzyw 30 g (<u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 50 g</p>	
		II ŚN		Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE</u> .)	
		Obiad	<p>Fasolowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>.) Makaron 180 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE</u>.) Mus z jabłek () z/c 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 160 g (<u>SEL</u>.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Makaron 180 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE</u>.) Mus z jabłek () z/c 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 160 g (<u>SEL</u>.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Fasolowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>.) Makaron pelnoziarnisty 180 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE</u>.) Mus z jabłek () b/c 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 160 g (<u>SEL</u>.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>
			PD		<p>Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (<u>MLE</u>.) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>.) Pomidor 25 g</p>
		Kolacja	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>.) Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE</u>.) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>ŻYT</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE</u>.) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g</p>	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU</u> <u>ŻYT</u>, <u>GLU</u> <u>JECZ</u>.) Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE</u>.) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g</p>
			PN	Herbatniki 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> .)	<p>Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (<u>MLE</u>.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 25 g</p>
	Wartość energetyczna: 2133.17 kcal; Białko ogółem: 85.42 g; Tłuszcz: 52.71 g; Węglowodany ogółem: 363.31 g;	Wartość energetyczna: 2136.30 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 53.36 g; Węglowodany ogółem: 355.58 g;	Wartość energetyczna: 2160.86 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 66.18 g; Węglowodany ogółem: 341.35 g;		

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-06-09 wtorek	Sniadanie	Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g	Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodk.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 10 g
	Obiad	Szczawiowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 80 g Buraczki gotowane z olejem () 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Surówka z kapusty białej z olejem () b/c 80 g Buraczki gotowane z olejem () 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 (<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 Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Pasta warzywna* 80 g (<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 Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 80 g
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>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>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 25 g	
	Wartość energetyczna: 1851.27 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 50.82 g; Węglowodany ogółem: 281.80 g;	Wartość energetyczna: 1972.14 kcal; Białko ogółem: 90.43 g; Tłuszcz: 54.68 g; Węglowodany ogółem: 292.23 g;	Wartość energetyczna: 1852.92 kcal; Białko ogółem: 85.78 g; Tłuszcz: 53.28 g; Węglowodany ogółem: 289.47 g;	

	ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych wegl.	
2026-06-10 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków, parzony, w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE.) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków, parzony, w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE.) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków, parzony, w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 50 g
	II ŚN		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 20 g (MLE.) Pomidor 25 g	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem() 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 80 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem() 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem () 80 g (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem pelnoziarnistym () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 80 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE.) Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g (RYB.) Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ, SEL.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE.) Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g (RYB.) Warzywa po grecku () 80 g (GLU PSZ, SEL.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE.) Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g (RYB.) Warzywa po grecku () b/c 80 g (GLU PSZ, SEL.)
	PN	Wafle ryżowe 30 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodk.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 1887.38 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 51.61 g; Węglowodany ogółem: 289.91 g;	Wartość energetyczna: 1957.42 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 51.74 g; Węglowodany ogółem: 296.30 g;	Wartość energetyczna: 1880.12 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 58.36 g; Węglowodany ogółem: 279.50 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-06-11 czwartek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE, GLU OW,) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE,) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE, GLU OW,) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE,) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW,) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE,) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g</p>
	II ŚN			Maślanka 200 ml (MLE,)
	Obiad	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Fasolka po bretońsku 220 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 80 g (SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z olejem * 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ,) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 80 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>
	PD			<p>Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (MLE,) Schab gotowany 20 g Sałata zielona 10 g</p>
	Kolacja	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE,) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE,) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE,) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE,) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE,) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE,) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g</p>
	PN	<p>Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)</p>		<p>Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadanej 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pomidor 25 g</p>
		<p>Wartość energetyczna: 2048.76 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz: 55.74 g; Węglowodany ogółem: 338.99 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2023.90 kcal; Białko ogółem: 84.84 g; Tłuszcz: 58.83 g; Węglowodany ogółem: 304.12 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2021.68 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 68.31 g; Węglowodany ogółem: 294.22 g;</p>

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-06-12 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>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 20 g	Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>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 20 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 20 g Jabłko 1 szt 1 szt
	II SN			Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU</u> <u>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>) 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</u> <u>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</u> <u>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</u> <u>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 JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ,</u>) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT,</u> <u>GLU JĘCZ,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ćwikła 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: 1892.97 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 44.52 g; Węglowodany ogółem: 312.92 g;	Wartość energetyczna: 1962.57 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 45.44 g; Węglowodany ogółem: 318.31 g;	Wartość energetyczna: 1875.08 kcal; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 295.89 g;	

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych wegl.
2026-06-13 sobota	Sniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</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 osł. niejad. 30 g) 70 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 50 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>)	Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pasta z brokuła * 50 g	Płatki jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JEĆZ.</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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 50 g
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Chłopski gamek 250 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) 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 (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wieprzowy z warzywami* 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) 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 (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</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 z soczewicy czerwonej 60 g Sałatka wiosenna 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) 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 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sałatka wiosenna - diety 80 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Sałatka wiosenna 80 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2015.13 kcal; Białko ogółem: 68.41 g; Tłuszcz: 70.97 g; Węglowodany ogółem: 300.34 g;	Wartość energetyczna: 2052.33 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz: 55.08 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g;	Wartość energetyczna: 1943.19 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 58.78 g; Węglowodany ogółem: 299.69 g;	

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-06-14 niedziela	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 30 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 30 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g
	II ŚN			Maślanka 150 ml (MLE)
	Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL) ziemniaki gotowane () 180 g Czwartka z kurczaka pieczona 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 80 g Buraczki gotowane z olejem () b/c 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL) ziemniaki gotowane () 180 g Czwartka z kurczaka gotowana 150 g Buraczki gotowane z olejem () 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 (GLU PSZ, SEL) ziemniaki gotowane () 180 g Czwartka z kurczaka gotowana 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 80 g Buraczki gotowane z olejem () b/c 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ) Pasta marchewkowo-pomidorowa 80 g
PN	Jabłko 1 szt 1 szt		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (MLE) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2213.11 kcal; Białko ogółem: 119.37 g; Tłuszcz: 74.80 g; Węglowodany ogółem: 286.72 g;	Wartość energetyczna: 2155.46 kcal; Białko ogółem: 115.15 g; Tłuszcz: 71.80 g; Węglowodany ogółem: 277.30 g;	Wartość energetyczna: 2165.02 kcal; Białko ogółem: 126.64 g; Tłuszcz: 76.61 g; Węglowodany ogółem: 269.07 g;	

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-06-15 poniedziałek	Sniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Sałata zielona 20 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 60 g (<u>SEL</u> ,)	Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE</u> ,) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków parzony , w ostonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Sałata zielona 20 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 60 g (<u>SEL</u> ,)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</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> ,) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Sałata zielona 20 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 60 g (<u>SEL</u> ,)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE</u> ,)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ, SEL, GOR</u> ,) Ryz na sypko 180 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-porczejkowy* 80 g (<u>MLE</u> ,) Surówka z marchwi z olejem b/c () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ryz na sypko 180 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-porczejkowy* 80 g (<u>MLE</u> ,) Surówka z marchwi z olejem b/c () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ, SEL, GOR</u> ,) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzca 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
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u> ,)
	Kolacja	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu i rzodkwi 60 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 80 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 80 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> ,) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu i rzodkwi 60 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 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> ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osi.niejad 20 g Pomidor 25 g
	Wartość energetyczna: 1998.58 kcal; Białko ogółem: 67.04 g; Tłuszcz: 58.10 g; Węglowodany ogółem: 334.06 g;	Wartość energetyczna: 1900.04 kcal; Białko ogółem: 66.93 g; Tłuszcz: 46.57 g; Węglowodany ogółem: 325.62 g;	Wartość energetyczna: 2145.90 kcal; Białko ogółem: 96.66 g; Tłuszcz: 72.01 g; Węglowodany ogółem: 306.89 g;	

	ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.			
2026-06-16 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>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 50 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>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 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>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Połędwica 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 20 g Ogórek świeży 50 g		
		Obiad	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	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	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
			PD	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</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 JECZ.</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 JECZ.</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
				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>) 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 JECZ.</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>)
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	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: 2106.29 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 52.31 g; Węglowodany ogółem: 328.41 g;	Wartość energetyczna: 2085.95 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 50.37 g; Węglowodany ogółem: 318.35 g;	Wartość energetyczna: 2052.86 kcal; Białko ogółem: 107.20 g; Tłuszcz: 58.74 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g;			

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węgl.
2026-06-17 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>) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Salatka z pomidorów i koperku 50 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>) Salata zielona 20 g Salatka z pomidorów i koperku 50 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>) Salata zielona 20 g Salatka z pomidorów i koperku 50 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>) Salata 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>) Salata 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 Salata 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 (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>)
	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>) Salata zielona 10 g Wafle ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 1898.55 kcal; Białko ogółem: 81.35 g; Tłuszcz: 44.92 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g;	Wartość energetyczna: 1891.36 kcal; Białko ogółem: 80.60 g; Tłuszcz: 43.50 g; Węglowodany ogółem: 308.15 g;	Wartość energetyczna: 1867.64 kcal; Białko ogółem: 82.98 g; Tłuszcz: 48.66 g; Węglowodany ogółem: 302.83 g;	

	ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.		
2026-06-18 czwartek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	
		II ŚN		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 25 g	
		Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 300 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany z olejem* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany z olejem* 80 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 80 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
		PD		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
		Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE.) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 60 g (SEL.) Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE.) Pasta z tofu i marchewki 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (MLE.) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 60 g (SEL.) Pomidor 80 g
		PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)		Sok pomidorowy 200 ml
	Wartość energetyczna: 1945.47 kcal; Białko ogółem: 75.55 g; Tłuszcz: 64.11 g; Węglowodany ogółem: 290.02 g;	Wartość energetyczna: 1964.84 kcal; Białko ogółem: 82.05 g; Tłuszcz: 58.07 g; Węglowodany ogółem: 292.89 g;	Wartość energetyczna: 1918.56 kcal; Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 62.34 g; Węglowodany ogółem: 295.34 g;		

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-06-19 piątek	Śniadanie	Zacierka 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>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g	Zacierka 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 Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g	Zacierka 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>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g
	II SN			Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 80 g Warzywa po grecku* 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku* 160 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym* 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 80 g Warzywa po grecku * (bez cukru) 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ćwikla 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la fromage z ziołami 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 25 g
	Wartość energetyczna: 2032.41 kcal; Białko ogółem: 88.93 g; Tłuszcz: 50.36 g; Węglowodany ogółem: 327.90 g;	Wartość energetyczna: 2126.92 kcal; Białko ogółem: 92.29 g; Tłuszcz: 49.66 g; Węglowodany ogółem: 341.57 g;	Wartość energetyczna: 1812.38 kcal; Białko ogółem: 86.19 g; Tłuszcz: 50.44 g; Węglowodany ogółem: 281.25 g;	

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-06-20 sobota	Śniadanie	Platki 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 osłonce niejadalnej) 70 g (<u>SOJ,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Musztarda 10 g (<u>GOR,</u>)	Platki 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 Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Platki 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 Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 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 udźca 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 w-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 w-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 w-dieta () 100 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>)
PN	Banan 1 szt. 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: 2175.24 kcal; Białko ogółem: 80.43 g; Tłuszcz: 67.95 g; Węglowodany ogółem: 338.66 g;	Wartość energetyczna: 2004.19 kcal; Białko ogółem: 77.11 g; Tłuszcz: 44.22 g; Węglowodany ogółem: 344.72 g;	Wartość energetyczna: 1884.36 kcal; Białko ogółem: 78.56 g; Tłuszcz: 56.36 g; Węglowodany ogółem: 299.40 g;	

	ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	
2026-06-21 niedziela	Śniadanie	<p>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>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Pasta z cukinii i marchewki 50 g</p>	<p>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>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Pasta z cukinii i marchewki 50 g</p>	<p>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>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Pasta z cukinii i marchewki 50 g</p>
	II SN		<p>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</p>	
	Obiad	<p>Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 80 g Mizeria 80 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Mizeria 160 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>
	PD			<p>Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>)</p>
	Kolacja	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g</p>	<p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>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>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g</p>	<p>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>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g</p>
	PN	<p>Jabiko 1 szt 1 szt</p>		<p>Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło o zawartości 3/4 tłuszczu 5 g (<u>MLE,</u>) Filet z indyka gotowany 20 g Pomidor 25 g</p>
	<p>Wartość energetyczna: 1771.44 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 43.36 g; Węglowodany ogółem: 273.90 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1851.02 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 45.33 g; Węglowodany ogółem: 276.57 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1895.61 kcal; Białko ogółem: 104.30 g; Tłuszcz: 55.28 g; Węglowodany ogółem: 273.20 g;</p>	

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,