

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Drobiowa wyrób drob gruborozdrobniiony 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pasta z twarogu i warzyw 30 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Drobiowa wyrób drob gruborozdrobniiony 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pasta z twarogu i warzyw 30 g (<u>MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Drobiowa wyrób drob gruborozdrobniiony 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pasta z twarogu i warzyw 30 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g
	II ŚN			Jogurt naturalny z owocami* 150 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z truskawek* b/c 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Arbuz 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z truskawek* b/c 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z truskawek* b/c 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Arbuz 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kanapka z serem żółtym i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, ser żółty 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba gotowana (Morszczuk) 60 g (<u>RYB.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Warzywa po grecku () b/c 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salata lodowa 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba gotowana (Morszczuk) 60 g (<u>RYB.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Warzywa po grecku () b/c 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salata lodowa 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba gotowana (Morszczuk) 60 g (<u>RYB.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Warzywa po grecku () b/c 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salata lodowa 20 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2102.09 kcal; Białko ogółem: 96.81 g; Tłuszcz: 54.85 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g;	Wartość energetyczna: 2129.39 kcal; Białko ogółem: 95.17 g; Tłuszcz: 55.72 g; Węglowodany ogółem: 330.00 g;	Wartość energetyczna: 2338.36 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Tłuszcz: 73.04 g; Węglowodany ogółem: 351.53 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węgl.
2026-08-04 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN			Budyń o smaku waniliowym z musem truskawkowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z pora i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane z olejem () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 150 g	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 150 g	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z pora i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 150 g
	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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Mix salat 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Mix salat 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Mix salat 20 g
	PN	Banan 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2033.83 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 54.10 g; Węglowodany ogółem: 314.08 g;	Wartość energetyczna: 2152.61 kcal; Białko ogółem: 98.09 g; Tłuszcz: 58.19 g; Węglowodany ogółem: 322.66 g;	Wartość energetyczna: 2106.23 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 59.42 g; Węglowodany ogółem: 324.68 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.latwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-05 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 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 extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata lodowa 20 g Ogórek świeży 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 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 extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata lodowa 20 g Ogórek świeży 80 g
	II ŚN			Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Jarzynowa z makaronem() 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 100 g	Jarzynowa z makaronem() 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 100 g	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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 extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tl. 200ml 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml
		Wartość energetyczna: 2118.21 kcal; Białko ogółem: 86.81 g; Tłuszcz: 68.00 g; Węglowodany ogółem: 312.76 g;	Wartość energetyczna: 2176.30 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Tłuszcz: 68.11 g; Węglowodany ogółem: 314.90 g;	Wartość energetyczna: 2145.42 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 69.74 g; Węglowodany ogółem: 318.54 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.latwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>) 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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>) 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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brzoskwinia 100 g	Ziemniaczana * () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brzoskwinia 100 g	Barszcz biały z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brzoskwinia 100 g
	PD			Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowów wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowów wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowów wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2312.56 kcal; Białko ogółem: 83.45 g; Tłuszcz: 79.35 g; Węglowodany ogółem: 350.11 g;	Wartość energetyczna: 2184.03 kcal; Białko ogółem: 84.74 g; Tłuszcz: 78.29 g; Węglowodany ogółem: 302.00 g;	Wartość energetyczna: 2402.32 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 87.85 g; Węglowodany ogółem: 347.46 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 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 extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Kasza manna na mleku 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 extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Roszponka 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 extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g
	II śni			Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE,</u>) Słupki z marchewki 70 g
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 150 g	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 150 g	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 150 g
	PD			Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	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 extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok pomidorowy 200 ml
		Wartość energetyczna: 2090.53 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 63.13 g; Węglowodany ogółem: 309.88 g;	Wartość energetyczna: 2143.56 kcal; Białko ogółem: 96.36 g; Tłuszcz: 63.26 g; Węglowodany ogółem: 313.26 g;	Wartość energetyczna: 2124.37 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz: 68.89 g; Węglowodany ogółem: 307.90 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych węgl.
2026-08-08 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz. parz w osłonce niejadalnej) 70 g (<u>SOJ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Serek wiejski ziarnisty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Serek wiejski ziarnisty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g
	II ŚN			Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Nektarynka 100 g	Koperkowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Nektarynka 100 g	Koperkowa z ryżem brązowym* 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Nektarynka 100 g
	PD			Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy * 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salatka wiosenna - diety 80 g Roszponka 20 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 extra 82% 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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salatka wiosenna - diety 80 g Roszponka 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy * 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>) Salatka wiosenna - diety 80 g Roszponka 20 g
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 2519.64 kcal; Białko ogółem: 87.18 g; Tłuszcz: 107.14 g; Węglowodany ogółem: 328.41 g;	Wartość energetyczna: 2282.88 kcal; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz: 80.93 g; Węglowodany ogółem: 308.37 g;	Wartość energetyczna: 2275.71 kcal; Białko ogółem: 99.91 g; Tłuszcz: 83.07 g; Węglowodany ogółem: 315.02 g;

ŁUK- D01 Podstawowa		ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	
2026-08-09 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 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 extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniovym 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniovym 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN		Maślanka z musem truskawkowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 100 g	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 150 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 100 g	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Salata lodowa 20 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 extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 30 g (<u>MLE</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Salata lodowa 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 30 g (<u>MLE</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Salata lodowa 20 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 2525.68 kcal; Białko ogółem: 126.72 g; Tłuszcz: 98.19 g; Węglowodany ogółem: 302.94 g;	Wartość energetyczna: 2346.22 kcal; Białko ogółem: 119.28 g; Tłuszcz: 82.34 g; Węglowodany ogółem: 295.18 g;	Wartość energetyczna: 2544.81 kcal; Białko ogółem: 137.77 g; Tłuszcz: 97.04 g; Węglowodany ogółem: 311.45 g;	

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.latwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałkó ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałkó ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL.</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU OW.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałkó ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL.</u>)
	II ŚN			Kanapka z twarożkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-porceczkowy* 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g
	PD			Budyń o smaku śmietankowym z musem z czarnej porzeczki b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix salat 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix salat 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix salat 20 g
	PN	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2498.13 kcal; Białko ogółem: 93.16 g; Tłuszcz: 75.93 g; Węglowodany ogółem: 383.37 g;	Wartość energetyczna: 2154.50 kcal; Białko ogółem: 68.96 g; Tłuszcz: 60.12 g; Węglowodany ogółem: 352.17 g;	Wartość energetyczna: 2479.65 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 78.89 g; Węglowodany ogółem: 368.99 g;

ŁUK- D01 Podstawowa		ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.latwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 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 extra 82% 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 z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Ogórek świeży 80 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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 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>) Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g
	II ŚN		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 150 g	Solferino * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 150 g
	PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml
	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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba gotowana (Miruna) 30 g (<u>RYB.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR.</u>) Warzywa po grecku () 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salata lodowa 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba gotowana (Miruna) 30 g (<u>RYB.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR.</u>) Warzywa po grecku () 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salata lodowa 20 g
	PN	Banan 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z twarożkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2403.00 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 78.62 g; Węglowodany ogółem: 346.48 g;	Wartość energetyczna: 2299.94 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 67.89 g; Węglowodany ogółem: 336.42 g;
		Wartość energetyczna: 2448.00 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 80.20 g; Węglowodany ogółem: 362.11 g;	

2026-08-12 środa	II ŚN	Śniadanie	ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.latwoprzyswajalnych wegl.
			Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Sałata zielona 20 g Sałatka z pomidorów i koperku 80 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Sałata zielona 20 g Sałatka z pomidorów i koperku 80 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 extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Sałata zielona 20 g Sałatka z pomidorów i koperku 80 g
			Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Słupki z marchewki 70 g		
			Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos brokułowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sałata zielona z kefirem 100 g (<u>MLE</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brzoskwinia 100 g		
			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
			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 extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 30 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 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 extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 30 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 g		
2026-08-12 środa	II ŚN	Obiad	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
			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 extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 30 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 g		
2026-08-12 środa	II ŚN	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 extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 30 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 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 extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 30 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 g		
2026-08-12 środa	II ŚN	PN	Sok pomidorowy 200 ml		
			Wartość energetyczna: 2024.82 kcal; Białko ogółem: 91.96 g; Tłuszcz: 60.43 g; Węglowodany ogółem: 301.64 g;		
2026-08-12 środa	II ŚN	PN	Wartość energetyczna: 2092.82 kcal; Białko ogółem: 94.86 g; Tłuszcz: 60.53 g; Węglowodany ogółem: 307.84 g;		
			Wartość energetyczna: 1840.60 kcal; Białko ogółem: 87.25 g; Tłuszcz: 54.08 g; Węglowodany ogółem: 280.25 g;		

ŁUK- D01 Podstawowa		ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.	
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>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 extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN	Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (<u>MLE</u>)		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 100 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 100 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Nektarynka 100 g
	PD	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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 extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет z soczewicy () 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu i marchewki 30 g (<u>SOJ</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszet z soczewicy () 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pasta z tofu i marchewki 30 g (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Sałata lodowa 20 g
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 25 g			
	Wartość energetyczna: 2238.79 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 76.35 g; Węglowodany ogółem: 323.96 g;	Wartość energetyczna: 2208.18 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 316.17 g;	Wartość energetyczna: 2271.75 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz: 76.95 g; Węglowodany ogółem: 335.53 g;	

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Rozsponka 20 g	Zacierka na mleku 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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Rozsponka 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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Rozsponka 20 g
	II ŚN			Maślanka z musem jabłkowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g	Kalafiorowa z ryżem brązowym* 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g
	PD			Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 30 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 30 g (<u>MLE.</u>) Pasta z buraka 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 30 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2086.96 kcal; Białko ogółem: 87.38 g; Tłuszcz: 62.84 g; Węglowodany ogółem: 316.95 g;	Wartość energetyczna: 2158.11 kcal; Białko ogółem: 90.46 g; Tłuszcz: 59.92 g; Węglowodany ogółem: 329.59 g;	Wartość energetyczna: 2157.81 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 70.62 g; Węglowodany ogółem: 318.22 g;

ŁUK- D01 Podstawowa		ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.latwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 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 extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki jęczminne 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 extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 150 g	Selerowa z ziemniakami * () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 150 g
	PD		Sok pomidorowy b/s 200 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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 extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</u>) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz, parz w osłonce niejadalnej) 70 g (<u>SOJ,</u>) Musztarda 10 g (<u>GOR,</u>) Kalaflor gotowany* 80 g Mix salatek 20 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 extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Kalaflor gotowany* 80 g Mix salatek 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% ti 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 25 g	
		Wartość energetyczna: 2341.66 kcal; Białko ogółem: 96.06 g; Tłuszcz: 90.19 g; Węglowodany ogółem: 314.56 g;	Wartość energetyczna: 2286.83 kcal; Białko ogółem: 96.56 g; Tłuszcz: 77.30 g; Węglowodany ogółem: 321.46 g;
		Wartość energetyczna: 2189.82 kcal; Białko ogółem: 93.84 g; Tłuszcz: 74.66 g; Węglowodany ogółem: 325.06 g;	

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.latwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 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 extra 82% 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>) Salata zielona 20 g Pasta z cukinii i marchewki 80 g	Kasza manna na mleku 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 extra 82% 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>) Salata zielona 20 g Pasta z cukinii i marchewki 80 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 extra 82% 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>) Salata zielona 20 g Pasta z cukinii i marchewki 80 g
	II SN			Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 100 g	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 100 g	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab pieczony w rękawie 100 g Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Nektarynka 100 g
	PD			Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	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 extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml
		Wartość energetyczna: 2005.67 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 54.34 g; Węglowodany ogółem: 300.24 g;	Wartość energetyczna: 2064.65 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 53.74 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g;	Wartość energetyczna: 2016.53 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 58.49 g; Węglowodany ogółem: 295.12 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,