

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-17 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU JĘCZ.</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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU JĘCZ.</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 Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u> <u>GLU JĘCZ.</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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN			Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlety z ciecierzycy () pieczone 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g	Brokułowa z ryżem brązowym () 300 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Kotlety z ciecierzycy () pieczone 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g
	PD			Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Mus z truskawek* b/c 50 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 30 g (<u>RYB.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>GOR.</u>) Warzywa po grecku* 80 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 30 g (<u>RYB.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>GOR.</u>) Warzywa po grecku* 80 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 30 g (<u>RYB.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>GOR.</u>) Warzywa po grecku* 80 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Mix sałat 20 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2373.40 kcal; Białko ogółem: 80.06 g; Tłuszcz: 78.23 g; Węglowodany ogółem: 364.71 g;	Wartość energetyczna: 2203.08 kcal; Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz: 66.24 g; Węglowodany ogółem: 332.75 g;	Wartość energetyczna: 2506.86 kcal; Białko ogółem: 93.25 g; Tłuszcz: 84.36 g; Węglowodany ogółem: 389.54 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-18 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 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 extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Roszponka 20 g Ogórek świeży 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Roszponka 20 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Roszponka 20 g Ogórek świeży 80 g
	II ŚN			Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa duszona 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2399.33 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 75.45 g; Węglowodany ogółem: 343.73 g;	Wartość energetyczna: 2487.18 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 78.24 g; Węglowodany ogółem: 350.18 g;	Wartość energetyczna: 2268.18 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 75.10 g; Węglowodany ogółem: 322.80 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-19 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, 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>) 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>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	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 extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 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 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	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalafior gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 100 g	Grycikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalafior gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 100 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ćwikła z chrzanem b/c () 100 g (<u>MLE, S02.</u>) Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 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	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyńka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 30 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyńka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 30 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyńka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 30 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2306.11 kcal; Białko ogółem: 92.61 g; Tłuszcz: 78.03 g; Węglowodany ogółem: 332.12 g;	Wartość energetyczna: 2120.56 kcal; Białko ogółem: 86.67 g; Tłuszcz: 69.57 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g;	Wartość energetyczna: 2513.10 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 85.16 g; Węglowodany ogółem: 371.33 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-20 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</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>) Południca Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (<u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>może zawierać: GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>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>) Południca Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (<u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>może zawierać: GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <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>) Południca Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (<u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>może zawierać: GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g
	II ŚN			Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Ryż na sypko 180 g Leczo z drobiem-dieta () 300 g Sałata zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Ziemniaczana * () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Leczo z drobiem-dieta () 300 g Sałata zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Leczo z drobiem-dieta () 300 g Sałata zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brzoskwinia 100 g
	PD			Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 30 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Roszponka 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u> <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 wiejski ziarnisty 30 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Roszponka 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 wiejski ziarnisty 30 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Roszponka 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.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2341.46 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 68.11 g; Węglowodany ogółem: 363.57 g;	Wartość energetyczna: 2381.28 kcal; Białko ogółem: 92.35 g; Tłuszcz: 67.11 g; Węglowodany ogółem: 367.43 g;	Wartość energetyczna: 2348.76 kcal; Białko ogółem: 97.51 g; Tłuszcz: 73.34 g; Węglowodany ogółem: 360.86 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-21 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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 extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN			Kanapka z serem żółtym i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem pełnoziarnistym () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g
	PD			Sok pomidorowy 200 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Tofu 30 g (SOJ.) Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Tofu 30 g (SOJ.) Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Tofu 30 g (SOJ.) Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2064.56 kcal; Białko ogółem: 88.69 g; Tłuszcz: 64.72 g; Węglowodany ogółem: 300.86 g;	Wartość energetyczna: 2093.69 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz: 64.20 g; Węglowodany ogółem: 298.05 g;	Wartość energetyczna: 2075.12 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 70.13 g; Węglowodany ogółem: 293.18 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-22 sobota	Śniadanie	Ryż 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>) Połędwica Drobiowa wyrób drob gruborozdrobniony 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Ryż 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>) Połędwica Drobiowa wyrób drob gruborozdrobniony 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>)	Ryż 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>) Połędwica Drobiowa wyrób drob gruborozdrobniony 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL.</u>)
	II ŚN			Budyń o smaku śmietankowym z musem truskawkowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane () 180 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Buraczki gotowane z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 100 g	Selerowa z ziemniakami * () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane () 180 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 100 g	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kalafior gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 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 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz. parz w osłonce niejadalnej) 70 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 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>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 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>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2528.32 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 91.75 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g;	Wartość energetyczna: 2350.97 kcal; Białko ogółem: 97.32 g; Tłuszcz: 73.62 g; Węglowodany ogółem: 340.13 g;	Wartość energetyczna: 2505.75 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 84.02 g; Węglowodany ogółem: 364.56 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-23 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Twarożek ze słonecznikiem 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Twarożek ze słonecznikiem 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g
	II ŚN			Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 150 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany 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 (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	PN	Mus owocowy 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2614.30 kcal; Białko ogółem: 127.58 g; Tłuszcz: 99.10 g; Węglowodany ogółem: 326.02 g;	Wartość energetyczna: 2611.90 kcal; Białko ogółem: 131.86 g; Tłuszcz: 96.52 g; Węglowodany ogółem: 320.44 g;	Wartość energetyczna: 2529.30 kcal; Białko ogółem: 131.59 g; Tłuszcz: 99.59 g; Węglowodany ogółem: 309.30 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-24 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (SOJ. MLE. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SEL. GOR.) Ser żółty 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (SOJ. MLE. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SEL. GOR.) Serek a'la homogenizowany 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (SOJ. MLE. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SEL. GOR.) Ser żółty 30 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Maślanka 150 ml (MLE.) Marchew plastry 70 g
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ. JAJ. MLE. może zawierać: SOJ. ORZ. GOR. SEZ.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ. JAJ. MLE. może zawierać: SOJ. ORZ. GOR. SEZ.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) b/c 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 100 g (GLU PSZ. JAJ. SEL.) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g
	PD			Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ. SOJ. MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (GLU PSZ. JAJ. SEL.) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (GLU PSZ. SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 80 g Rozzponka 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (GLU PSZ. JAJ. SEL.) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (GLU PSZ. SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 80 g Rozzponka 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (GLU PSZ. JAJ. SEL.) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (GLU PSZ. SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 80 g Rozzponka 20 g
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2464.15 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz: 78.29 g; Węglowodany ogółem: 373.29 g;	Wartość energetyczna: 2456.35 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 70.75 g; Węglowodany ogółem: 381.25 g;	Wartość energetyczna: 2366.09 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 78.34 g; Węglowodany ogółem: 354.88 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-25 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN			Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Dynia pieczona z natką pietruszki 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Nektarynka 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	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 g
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2216.32 kcal; Białko ogółem: 90.41 g; Tłuszcz: 68.19 g; Węglowodany ogółem: 332.57 g;	Wartość energetyczna: 2280.83 kcal; Białko ogółem: 94.18 g; Tłuszcz: 68.47 g; Węglowodany ogółem: 339.41 g;	Wartość energetyczna: 2225.54 kcal; Białko ogółem: 102.64 g; Tłuszcz: 73.35 g; Węglowodany ogółem: 323.69 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-26 środa	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 kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	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 kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	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 kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN			Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GÓR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g 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</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brzoskwinia 100 g	Ziemniaczana * () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brzoskwinia 100 g
	PD			Budyń o smaku waniliowym z musem truskawkowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykami drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 30 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* b/c 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL.</u>) Sałata lodowa 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 30 g (<u>RYB.</u>) Szynka z indykami 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</u> , <u>SEL.</u>) Sałata lodowa 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 30 g (<u>RYB.</u>) Szynka z indykami 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</u> , <u>SEL.</u>) Sałata lodowa 20 g
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2253.12 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 78.30 g; Węglowodany ogółem: 316.60 g;	Wartość energetyczna: 2250.49 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 73.18 g; Węglowodany ogółem: 315.84 g;	Wartość energetyczna: 2445.01 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 79.47 g; Węglowodany ogółem: 365.37 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-27 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z fasoli* 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z fasoli* 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN			Kefir 2% tł 200 ml (MLE.) Mus z truskawek* 50 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz top* 120 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 100 g	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz top*- dieta 120 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 100 g	Szpinakowa z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz top* 120 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 100 g
	PD			Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.) Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pasta z buraka 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.) Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pasta z buraka 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.) Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE.) Kalarepa 80 g Mix sałat 20 g
	PN	Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1995.91 kcal; Białko ogółem: 71.97 g; Tłuszcz: 60.92 g; Węglowodany ogółem: 307.87 g;	Wartość energetyczna: 2010.31 kcal; Białko ogółem: 80.58 g; Tłuszcz: 59.51 g; Węglowodany ogółem: 295.97 g;	Wartość energetyczna: 2116.62 kcal; Białko ogółem: 83.55 g; Tłuszcz: 68.49 g; Węglowodany ogółem: 322.17 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-28 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</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>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>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>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <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>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Roszponka 20 g
	II ŚN			Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* b/c 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* b/c 200 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* b/c 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 150 g
	PD			Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</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>) Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u> <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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 30 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 80 g Sałata lodowa 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 g
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2055.06 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 55.21 g; Węglowodany ogółem: 319.63 g;	Wartość energetyczna: 2136.73 kcal; Białko ogółem: 92.98 g; Tłuszcz: 54.54 g; Węglowodany ogółem: 332.38 g;	Wartość energetyczna: 2255.56 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 69.92 g; Węglowodany ogółem: 338.24 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-29 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN			Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem () 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Nektarynka 100 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	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz, parz w osłonce niejadalnej) 70 g (<u>SOJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Musztarda 10 g (<u>GOR.</u>) 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 30 g (<u>SEL.</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>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 30 g (<u>SEL.</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
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 2319.19 kcal; Białko ogółem: 72.25 g; Tłuszcz: 78.14 g; Węglowodany ogółem: 356.09 g;	Wartość energetyczna: 2277.91 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 64.63 g; Węglowodany ogółem: 359.12 g;	Wartość energetyczna: 1988.63 kcal; Białko ogółem: 79.15 g; Tłuszcz: 63.61 g; Węglowodany ogółem: 304.44 g;

		ŁUK- D01 Podstawowa	ŁUK- D02 Łatwo strawna	ŁUK- D03 Z ogr.łatwoprzyswajalnych wegl.
2026-08-30 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Kalarepa 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pasta z brokuła * 80 g	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Kalarepa 80 g
	II ŚN			Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 100 g	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 100 g	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 100 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 100 g
	PD			Kanapka z szynką i sałata (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 b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 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>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2025.14 kcal; Białko ogółem: 95.16 g; Tłuszcz: 61.03 g; Węglowodany ogółem: 292.46 g;	Wartość energetyczna: 2132.29 kcal; Białko ogółem: 99.13 g; Tłuszcz: 67.63 g; Węglowodany ogółem: 295.62 g;	Wartość energetyczna: 2093.62 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 64.11 g; Węglowodany ogółem: 309.90 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,