

	q KAW- IPIIn Podstawowa	q KAW- IPIIn Łatwostrawna	q KAW- IPIIn Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkow a	q KAW- IPIIn Bogatobiałkowa	q KAW- IPIIn Wegetariańska	
2026-04-27 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser mozzarella kulki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Platki jęczmienne 20 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Mandarynka 1 szt Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> )	
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Naleśniki z serem 3 szt. 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Mus z truskawek* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 120 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Naleśniki z serem 3 szt. 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z truskawek* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Naleśniki z serem 3 szt. 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Mus z truskawek* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u> ) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u> ) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u> ) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u> ) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Hummus 60 g ( <u>SEZ.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 1 szt Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 5 g	Wafle ryżowe 30 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u> )	Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2550.98 kcal; Białko ogółem: 102.25 g; Tłuszcz: 77.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 390.53 g; W tym cukry: 78.73 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2351.42 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 341.90 g; W tym cukry: 47.17 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2505.24 kcal; Białko ogółem: 116.10 g; Tłuszcz: 85.72 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 372.27 g; W tym cukry: 29.75 g; Błonnik pok.: 50.51 g; Sól: 10.54 g;	Wartość energetyczna: 2792.17 kcal; Białko ogółem: 119.39 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 432.53 g; W tym cukry: 113.60 g; Błonnik pok.: 30.81 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2766.35 kcal; Białko ogółem: 101.54 g; Tłuszcz: 94.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 404.53 g; W tym cukry: 80.64 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 7.31 g;	

	q KAW- IPIIn Podstawowa	q KAW- IPIIn Łatwostrawna	q KAW- IPIIn Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkowa	q KAW- IPIIn Bogatobiałkowa	q KAW- IPIIn Wegetariańska	
2026-04-28 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka szkolna-wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Szynka szkolna-wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Płatki owsiane 20 g ( <u>GLU OW</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Szynka szkolna-wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka szkolna-wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Paszтет sojowy z pomidorami 60 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет sojowy z pomidorami 30 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Sałata zielona 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Musli domowe 20 g ( <u>GLU OW</u> )	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Dynia z wody 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</u> ) Kasza gryczana 180 g Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</u> ) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Dynia z wody 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tofu w sosie pomidorowym dieta ( ) 180 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędł.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Twarożek z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokuła * 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędł.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Twarożek z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokuła * 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędł.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Twarożek z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokuła * 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędł.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Twarożek z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokuła * 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu i papryki 60 g ( <u>SOJ</u> ) Twarożek z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokuła * 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Musli domowe 20 g ( <u>GLU OW</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Musli domowe 20 g ( <u>GLU OW</u> )	
	Wartość energetyczna: 2327.90 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 327.95 g; W tym cukry: 29.73 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2424.24 kcal; Białko ogółem: 117.76 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 342.47 g; W tym cukry: 36.51 g; Błonnik pok.: 20.60 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2600.56 kcal; Białko ogółem: 129.47 g; Tłuszcz: 98.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.54 g; Węglowodany ogółem: 355.11 g; W tym cukry: 17.27 g; Błonnik pok.: 48.02 g; Sól: 10.51 g;	Wartość energetyczna: 2628.81 kcal; Białko ogółem: 126.04 g; Tłuszcz: 79.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 379.41 g; W tym cukry: 55.46 g; Błonnik pok.: 29.11 g; Sól: 10.29 g;	Wartość energetyczna: 2472.89 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 93.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 344.09 g; W tym cukry: 35.15 g; Błonnik pok.: 32.62 g; Sól: 8.42 g;	

	q KAW- IPIIn Podstawowa	q KAW- IPIIn Łatwostrawna	q KAW- IPIIn Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkowa	q KAW- IPIIn Bogatobiałkowa	q KAW- IPIIn Wegetariańska	
2026-04-29 środa	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt                      Ser mozzarella kulki 60 g (<b>MLE.</b>)                      Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (<b>SOJ.</b>)                      Pomidor 60 g                      Sałata zielona 5 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Bułka pszenna długa krojona 40 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt                      Ser mozzarella kulki 60 g (<b>MLE.</b>)                      Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (<b>SOJ.</b>)                      Pomidor b/skórki 60 g                      Sałata zielona 5 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Platki owsiane 20 g (<b>GLU OW.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt                      Ser mozzarella kulki 60 g (<b>MLE.</b>)                      Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (<b>SOJ.</b>)                      Pomidor 60 g                      Sałata zielona 5 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt                      Ser mozzarella kulki 60 g (<b>MLE.</b>)                      Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (<b>SOJ.</b>)                      Pomidor 60 g                      Sałata zielona 5 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt                      Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 60 g                      Ser mozzarella kulki 60 g (<b>MLE.</b>)                      Pomidor 60 g                      Sałata zielona 5 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	II ŚN			<p>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 1 szt                      Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 30 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	
	Obiad	<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Ziemniaki gotowane 180 g                      Kotlet pożarski-drobiowy 120 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Cwikła z jabłkiem b/c 120 g                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Ziemniaki gotowane 180 g                      Sos jarzynowy * 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Cwikła z jabłkiem b/c 120 g                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Ziemniaki gotowane 180 g                      Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Sos jarzynowy * 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Cwikła z jabłkiem b/c 120 g                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Kotlet pożarski-drobiowy 120 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Ziemniaki gotowane 180 g                      Cwikła z jabłkiem b/c 120 g                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Kotlet z jaj-pieczony 120 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Ziemniaki gotowane 180 g                      Cwikła z jabłkiem b/c 120 g                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>
	PD			<p>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt                      Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt</p>	
	Kolacja	<p>Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt                      Szynek zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b>)                      Serek a'la homogenizowany 60 g (<b>MLE.</b>)                      Rzodkiew biała 60 g                      Sałata zielona 5 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Bułka pszenna długa krojona 80 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt                      Szynek zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b>)                      Serek a'la homogenizowany 60 g (<b>MLE.</b>)                      Pomidor b/skórki 60 g                      Sałata zielona 5 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt                      Szynek zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b>)                      Serek a'la homogenizowany 60 g (<b>MLE.</b>)                      Rzodkiew biała 60 g                      Sałata zielona 5 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt                      Szynek zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b>)                      Serek a'la homogenizowany 60 g (<b>MLE.</b>)                      Rzodkiew biała 60 g                      Sałata zielona 5 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt                      Serek a'la homogenizowany 60 g (<b>MLE.</b>)                      Ser żółty 30 g (<b>MLE.</b>)                      Rzodkiew biała 60 g                      Sałata zielona 5 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	PN	<p>Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Wafle ryżowe 30 g</p>		<p>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 1 szt                      Ser żółty 30 g (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Wafle ryżowe 30 g</p>	
	<p>Wartość energetyczna: 2723.61 kcal; Białko ogółem: 119.49 g; Tłuszcz: 94.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 381.62 g; W tym cukry: 39.06 g; Błonnik pok.: 37.23 g; Sól: 9.20 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2366.07 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 65.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 352.16 g; W tym cukry: 37.04 g; Błonnik pok.: 22.76 g; Sól: 8.75 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2775.30 kcal; Białko ogółem: 125.14 g; Tłuszcz: 98.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 403.29 g; W tym cukry: 42.45 g; Błonnik pok.: 51.11 g; Sól: 12.29 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 3071.11 kcal; Białko ogółem: 124.94 g; Tłuszcz: 97.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 426.82 g; W tym cukry: 39.14 g; Błonnik pok.: 39.03 g; Sól: 11.58 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2782.41 kcal; Białko ogółem: 114.94 g; Tłuszcz: 101.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 384.85 g; W tym cukry: 38.09 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sól: 8.30 g;</p>	

		q KAW- IPIIn Podstawowa	q KAW- IPIIn Łatwostrawna	q KAW- IPIIn Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkow a	q KAW- IPIIn Bogatobiałkowa	q KAW- IPIIn Wegetariańska
2026-04-30 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE,</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Płatki żytnie 20g ( <u>GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE,</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE,</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Miód (25g) 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE,</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN				Stupki z marchewki 30 g Hummus 30 g ( <u>SEZ,</u> )	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Ryż na sypko 180 g Leczo z drobiem-dieta * 180 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Leczo z drobiem-dieta * 180 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Leczo wegetariańskie z soczewicą* 180 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałata zielona 5 g Sałatka jarzynowa* 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałata zielona 5 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałatka jarzynowa* 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Hummus 60 g ( <u>SEZ,</u> ) Sałatka jarzynowa* 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Herbatniki Be Be 16g 2 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,</u> ) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u> )	Herbatniki Be Be 16g 2 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,</u> ) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Wartość energetyczna: 2283.44 kcal; Białko ogółem: 89.30 g; Tłuszcz: 64.47 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 363.98 g; W tym cukry: 43.21 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 9.15 g;	Wartość energetyczna: 2275.61 kcal; Białko ogółem: 92.44 g; Tłuszcz: 56.72 g; Kw. tł. nasy.: 17.86 g; Węglowodany ogółem: 364.50 g; W tym cukry: 44.69 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2280.53 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 72.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 357.77 g; W tym cukry: 24.17 g; Błonnik pok.: 50.97 g; Sól: 10.28 g;	Wartość energetyczna: 2538.34 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 76.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 386.65 g; W tym cukry: 66.88 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sól: 10.21 g;	Wartość energetyczna: 2533.09 kcal; Białko ogółem: 72.97 g; Tłuszcz: 82.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 400.55 g; W tym cukry: 64.50 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 8.55 g;	

	q KAW- IPIIN Podstawowa	q KAW- IPIIN Łatwostrawna	q KAW- IPIIN Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkow a	q KAW- IPIIN Bogatobiałkowa	q KAW- IPIIN Wegetariańska	
2026-05-01 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u> ) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Płatki jęczmieńne 20 g ( <u>GLU JEJCZ</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u> ) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN Wafle ryżowe 30 g Pasta z brokuła * 30 g				
2026-05-01 piątek	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem pełnoziarnistym* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kotlety gryczane z ciecierz. () 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 1 szt Schab gotowany 30 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		
2026-05-01 piątek	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 2 szt Hummus 60 g ( <u>SEZ</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		PN	Paszтет sojowy z pomidorami 30 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> )	Paszтет sojowy z pomidorami 30 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł.10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> )	Paszтет sojowy z pomidorami 30 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> )
		Wartość energetyczna: 2295.03 kcal; Białko ogółem: 99.58 g; Tłuszcz: 74.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 337.56 g; W tym cukry: 41.32 g; Błonnik pok.: 32.90 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2294.93 kcal; Białko ogółem: 114.79 g; Tłuszcz: 65.20 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 328.37 g; W tym cukry: 38.26 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2417.99 kcal; Białko ogółem: 125.48 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw. tł. nasy.: 18.50 g; Węglowodany ogółem: 363.77 g; W tym cukry: 30.52 g; Błonnik pok.: 46.53 g; Sól: 10.61 g;	Wartość energetyczna: 2506.71 kcal; Białko ogółem: 118.33 g; Tłuszcz: 71.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 378.77 g; W tym cukry: 65.44 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 10.12 g;	Wartość energetyczna: 2603.30 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 100.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 367.87 g; W tym cukry: 42.79 g; Błonnik pok.: 36.32 g; Sól: 9.26 g;

	q KAW- IPIIn Podstawowa	q KAW- IPIIn Łatwostrawna	q KAW- IPIIn Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkowa	q KAW- IPIIn Bogatobiałkowa	q KAW- IPIIn Wegetariańska	
2026-05-02 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ</u> ) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ</u> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Płatki owsiane 20 g ( <u>GLU OW</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ</u> ) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ</u> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Musli domowe 20 g ( <u>GLU OW</u> )	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JEJCZ</u> ) Bitka schabowa duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Bitka schabowa duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JEJCZ</u> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bitka schabowa duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JEJCZ</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JEJCZ</u> ) Bitka schabowa duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JEJCZ</u> ) Sałusz z soczewicy i papryki ( ) 180 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR</u> ) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 150 g ( <u>GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR</u> ) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR</u> ) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Hummus 60 g ( <u>SEZ</u> ) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u> ) Krakersy 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, GLU JEJCZ</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u> )	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u> ) Krakersy 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, GLU JEJCZ</u> )	
	Wartość energetyczna: 2566.81 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 87.04 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 369.49 g; W tym cukry: 32.44 g; Błonnik pok.: 37.80 g; Sól: 10.67 g;	Wartość energetyczna: 2501.38 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 81.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 351.33 g; W tym cukry: 48.20 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2721.41 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 95.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 380.38 g; W tym cukry: 39.15 g; Błonnik pok.: 42.13 g; Sól: 11.41 g;	Wartość energetyczna: 2955.81 kcal; Białko ogółem: 132.67 g; Tłuszcz: 91.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 437.30 g; W tym cukry: 73.67 g; Błonnik pok.: 43.00 g; Sól: 10.92 g;	Wartość energetyczna: 2708.88 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 93.47 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 407.17 g; W tym cukry: 39.01 g; Błonnik pok.: 44.43 g; Sól: 9.23 g;	

	q KAW- IPiN Podstawowa	q KAW- IPiN Łatwostrawna	q KAW- IPiN Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkow a	q KAW- IPiN Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN Wegetariańska	
2026-05-03 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Płatki żytnie 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )
	II ŚN		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )			
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Colesław b/c 120 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka Colesław (bez mleka) 120 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety z ciecierzycy ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka Colesław b/c 120 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z brokuła * 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2177.89 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 72.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 300.26 g; W tym cukry: 43.50 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2288.55 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 74.69 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 304.87 g; W tym cukry: 40.65 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2749.15 kcal; Białko ogółem: 140.85 g; Tłuszcz: 102.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 362.41 g; W tym cukry: 36.97 g; Błonnik pok.: 46.32 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2699.90 kcal; Białko ogółem: 137.34 g; Tłuszcz: 86.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 364.84 g; W tym cukry: 52.27 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sól: 9.65 g;	Wartość energetyczna: 2406.31 kcal; Białko ogółem: 76.81 g; Tłuszcz: 87.35 g; Kw. tł. nasy.: 15.66 g; Węglowodany ogółem: 365.38 g; W tym cukry: 52.02 g; Błonnik pok.: 45.58 g; Sól: 6.66 g;	

	q KAW- IPIIn Podstawowa	q KAW- IPIIn Łatwostrawna	q KAW- IPIIn Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkow a	q KAW- IPIIn Bogatobiałkowa	q KAW- IPIIn Wegetariańska	
2026-05-04 pomedziatek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> ) Płatki owsiane 20 g ( <b>GLU OW</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Hummus 60 g ( <b>SEZ</b> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR</b> )	Banan 1szt. 1 szt Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () z/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () z/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> ) Sos pieczarkowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 180 g Schab gotowany 100 g Sos pieczarkowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g ( <b>MLE</b> ) Mus z jabłek () z/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałatka wiosenna 65 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałatka wiosenna - diety 65 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałatka wiosenna 65 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</b> ) Sałatka wiosenna 65 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka wiosenna 65 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</b> )		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> )	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</b> )	
	Wartość energetyczna: 2278.82 kcal; Białko ogółem: 89.37 g; Tłuszcz: 63.51 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 382.01 g; W tym cukry: 73.52 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2390.53 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 67.50 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 387.49 g; W tym cukry: 75.71 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2746.41 kcal; Białko ogółem: 110.84 g; Tłuszcz: 103.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 396.43 g; W tym cukry: 50.54 g; Błonnik pok.: 56.49 g; Sól: 11.20 g;	Wartość energetyczna: 3077.28 kcal; Białko ogółem: 134.93 g; Tłuszcz: 85.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 484.90 g; W tym cukry: 115.84 g; Błonnik pok.: 37.13 g; Sól: 11.23 g;	Wartość energetyczna: 2498.33 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 80.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 389.36 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 8.18 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA WARSZAWA WIML

	q KAW- IPIIn Podstawowa	q KAW- IPIIn Łatwostrawna	q KAW- IPIIn Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkowa	q KAW- IPIIn Bogatobiałkowa	q KAW- IPIIn Wegetariańska
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Platki żytnie 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Paszтет sojowy z pomidorami 60 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет sojowy z pomidorami 30 g ( <u>SOJ, GOR.</u> )	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Biszkopt 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> )
Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 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 120 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 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 120 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kotlet z fasoli i marchwi ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g	Pomararńca 1 szt. 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет z soczewicy * 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mandarynka 1 szt Ciasto drożdżowe b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Ciasto drożdżowe b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z soczewicy * 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Mandarynka 1 szt Ciasto drożdżowe b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )
	Wartość energetyczna: 2309.69 kcal; Białko ogółem: 103.89 g; Tłuszcz: 66.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 326.87 g; W tym cukry: 45.33 g; Błonnik pok.: 32.13 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2339.04 kcal; Białko ogółem: 108.70 g; Tłuszcz: 58.93 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 333.44 g; W tym cukry: 51.33 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2594.33 kcal; Białko ogółem: 122.22 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 383.73 g; W tym cukry: 26.23 g; Błonnik pok.: 49.92 g; Sól: 9.15 g;	Wartość energetyczna: 2657.31 kcal; Białko ogółem: 125.92 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; Węglowodany ogółem: 402.95 g; W tym cukry: 100.60 g; Błonnik pok.: 37.66 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2687.71 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz: 95.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 372.81 g; W tym cukry: 47.85 g; Błonnik pok.: 38.94 g; Sól: 8.62 g;

	q KAW- IPIIn Podstawowa	q KAW- IPIIn Łatwostrawna	q KAW- IPIIn Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkow a	q KAW- IPIIn Bogatobiałkowa	q KAW- IPIIn Wegetariańska
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z tofu i buraka 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z tofu i buraka 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Płatki owsiane 20 g ( <b>GLU OW.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z tofu i buraka 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z tofu i buraka 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
	II ŚN		Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Musli domowe 20 g ( <b>GLU OW.</b> )	
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza gryczana 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jaglane z soczewicą* 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD		Chleb razowy pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Sałata zielona 5 g Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ogórek kiszony 60 g	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> )	Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2573.70 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 80.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 383.65 g; W tym cukry: 51.69 g; Błonnik pok.: 35.05 g; Sól: 10.04 g;	Wartość energetyczna: 2612.89 kcal; Białko ogółem: 111.57 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 392.10 g; W tym cukry: 52.46 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2900.31 kcal; Białko ogółem: 132.03 g; Tłuszcz: 99.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 419.45 g; W tym cukry: 29.64 g; Błonnik pok.: 46.70 g; Sól: 10.53 g;	Wartość energetyczna: 2818.54 kcal; Białko ogółem: 129.79 g; Tłuszcz: 86.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 407.85 g; W tym cukry: 55.99 g; Błonnik pok.: 36.53 g; Sól: 10.31 g;	Wartość energetyczna: 2386.23 kcal; Białko ogółem: 92.70 g; Tłuszcz: 74.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 367.05 g; W tym cukry: 50.51 g; Błonnik pok.: 33.81 g; Sól: 8.39 g;

2026-05-06 środa

	q KAW- IPIIn Podstawowa	q KAW- IPIIn Łatwostrawna	q KAW- IPIIn Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkow a	q KAW- IPIIn Bogatobiałkowa	q KAW- IPIIn Wegetariańska	
2026-05-07 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędł.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z fasoli 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędł.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Płatki zżytne 20g ( <u>GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędł.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z fasoli 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędł.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z fasoli 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z fasoli 60 g Pomidor 60 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ</u> )	Chleb mieszaný pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ</u> )	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 180 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 180 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 180 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 120 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 180 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 60 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 60 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 60 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Dżem 25 g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 60 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	
	Wartość energetyczna: 2504.18 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 74.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 380.67 g; W tym cukry: 43.87 g; Błonnik pok.: 33.23 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2511.76 kcal; Białko ogółem: 109.24 g; Tłuszcz: 73.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 368.12 g; W tym cukry: 55.19 g; Błonnik pok.: 19.67 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2734.14 kcal; Białko ogółem: 120.47 g; Tłuszcz: 92.32 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 418.18 g; W tym cukry: 28.63 g; Błonnik pok.: 60.73 g; Sól: 10.46 g;	Wartość energetyczna: 2825.84 kcal; Białko ogółem: 130.18 g; Tłuszcz: 87.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 409.36 g; W tym cukry: 44.06 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2458.18 kcal; Białko ogółem: 98.93 g; Tłuszcz: 58.72 g; Kw. tł. nasy.: 16.60 g; Węglowodany ogółem: 414.26 g; W tym cukry: 53.08 g; Błonnik pok.: 36.73 g; Sól: 6.21 g;	

	q KAW- IPiN Podstawowa	q KAW- IPiN Łatwostrawna	q KAW- IPiN Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkowa	q KAW- IPiN Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN Wegetariańska	
2026-05-08 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Płatki owsiane 20 g ( <u>GLU OW,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 40 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasztet sojowy z pomidorami 60 g ( <u>SOJ, GOR,</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN		Słupki z marchewki 30 g Pasztet sojowy z pomidorami 30 g ( <u>SOJ, GOR,</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Mandarynka 1 szt	
2026-05-08 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos chrzanowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos chrzanowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Kotlet z ryby (Miruna) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> ) Kotlety z ciecierzycy ( ) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos chrzanowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		PD		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> )	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <u>MLE,</u> )	
2026-05-08 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pomidor b/śkórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z brokuła * 60 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		PN	Krakersy 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ,</u> ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> )	Krakersy 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ,</u> ) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> )
		Wartość energetyczna: 2583.70 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 96.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 357.94 g; W tym cukry: 41.05 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sól: 11.24 g;	Wartość energetyczna: 2316.18 kcal; Białko ogółem: 102.43 g; Tłuszcz: 67.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 341.61 g; W tym cukry: 49.59 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2331.52 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 84.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 340.22 g; W tym cukry: 29.89 g; Błonnik pok.: 45.69 g; Sól: 10.80 g;	Wartość energetyczna: 2889.37 kcal; Białko ogółem: 112.36 g; Tłuszcz: 103.61 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 407.37 g; W tym cukry: 69.39 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sól: 11.60 g;	Wartość energetyczna: 2768.55 kcal; Białko ogółem: 83.13 g; Tłuszcz: 117.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 379.65 g; W tym cukry: 43.67 g; Błonnik pok.: 41.50 g; Sól: 10.83 g;

	q KAW- IPIIn Podstawowa	q KAW- IPIIn Łatwostrawna	q KAW- IPIIn Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkowa	q KAW- IPIIn Bogatobiałkowa	q KAW- IPIIn Wegetariańska	
2026-05-09 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Płatki owsiane 20 g ( <u>GLU OW.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 180 g ( <u>SEL.</u> ) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 180 g Filet z kurczaka duszony 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 180 g Gulasz sojowy z warzywami* 180 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 50 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Sałatka z makaronu i tuńczyka () 100 g ( <u>GLU PSZ, RYB, MLE.</u> ) Szynka szkolna-wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta () 100 g ( <u>GLU PSZ, RYB, MLE.</u> ) Szynka szkolna-wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor b/skórki 60 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Sałatka z makaronu i tuńczyka () 100 g ( <u>GLU PSZ, RYB, MLE.</u> ) Szynka szkolna-wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ogórek kiszony 60 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Sałatka z makaronu i tuńczyka - dieta () 100 g ( <u>GLU PSZ, RYB, MLE.</u> ) Szynka szkolna-wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mandarynka 1 szt Chrupki kukurydziane 25 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )	Mandarynka 1 szt Chrupki kukurydziane 25 g		
	Wartość energetyczna: 2204.11 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 58.80 g; Kw. tł. nasy.: 14.85 g; Węglowodany ogółem: 366.18 g; W tym cukry: 46.44 g; Błonnik pok.: 36.62 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2303.73 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz: 55.06 g; Kw. tł. nasy.: 15.12 g; Węglowodany ogółem: 374.90 g; W tym cukry: 55.56 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2475.09 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 14.69 g; Węglowodany ogółem: 408.94 g; W tym cukry: 25.12 g; Błonnik pok.: 52.05 g; Sól: 10.98 g;	Wartość energetyczna: 2644.50 kcal; Białko ogółem: 121.90 g; Tłuszcz: 65.36 g; Kw. tł. nasy.: 16.89 g; Węglowodany ogółem: 429.59 g; W tym cukry: 56.06 g; Błonnik pok.: 39.75 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2405.55 kcal; Białko ogółem: 100.79 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.27 g; Węglowodany ogółem: 388.93 g; W tym cukry: 43.86 g; Błonnik pok.: 44.98 g; Sól: 7.77 g;	

		q KAW- IPIIn Podstawowa	q KAW- IPIIn Łatwostrawna	q KAW- IPIIn Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkow a	q KAW- IPIIn Bogatobiałkowa	q KAW- IPIIn Wegetariańska
2026-05-10 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u> ) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia krojona 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Płatki jęczmieńne 20 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u> ) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u> ) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u> ) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Musli domowe 20 g ( <u>GLU OW.</u> )	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kotlet schabowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety z soczewicy () 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędł.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z tofu i papryki 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenno-żytnia krojona 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędł.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędł.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z tofu i papryki 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu i papryki 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędł.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu i papryki 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u> )
	Wartość energetyczna: 2166.57 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz: 78.44 g; Kw. tł. nasy.: 14.29 g; Węglowodany ogółem: 314.80 g; W tym cukry: 37.30 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2056.22 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 14.70 g; Węglowodany ogółem: 301.74 g; W tym cukry: 41.29 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2615.53 kcal; Białko ogółem: 128.09 g; Tłuszcz: 96.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 365.53 g; W tym cukry: 33.18 g; Błonnik pok.: 49.65 g; Sól: 10.77 g;	Wartość energetyczna: 2305.77 kcal; Białko ogółem: 108.64 g; Tłuszcz: 73.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 339.73 g; W tym cukry: 60.75 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2320.68 kcal; Białko ogółem: 82.83 g; Tłuszcz: 88.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 336.76 g; W tym cukry: 41.69 g; Błonnik pok.: 36.48 g; Sól: 6.52 g;	

## **Oznaczenia wskaźników odż.:**

*Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],*

*Białko ogółem - Białko ogółemwg 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,*