		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
2026-05-11 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki jęczmienne 20 g (***GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Hummus 60 g (***SEZ,***) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 3 szt. 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 3 szt. 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (***SOJ,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek śmietankowy naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek śmietankowy naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Serek śmietankowy naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Serek śmietankowy naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser topiony 60 g (***MLE,***) Serek śmietankowy naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Banan 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 50 g	Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Banan 1szt. 1 szt	
		Wartość energetyczna: 3050.55 kcal; Białko ogółem: 119.76 g; Tłuszcz: 93.94 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 466.69 g; W tym cukry: 132.84 g; Błonnik pok.: 36.82 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2513.57 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Tłuszcz: 73.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 394.40 g; W tym cukry: 102.22 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2669.58 kcal; Białko ogółem: 114.41 g; Tłuszcz: 103.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.00 g; Węglowodany ogółem: 373.89 g; W tym cukry: 19.51 g; Błonnik pok.: 50.59 g; Sól: 11.21 g;	Wartość energetyczna: 3458.10 kcal; Białko ogółem: 143.75 g; Tłuszcz: 105.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 508.59 g; W tym cukry: 146.31 g; Błonnik pok.: 30.95 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 3342.90 kcal; Białko ogółem: 121.04 g; Tłuszcz: 122.36 g; Kw. tł. nasy.: 40.11 g; Węglowodany ogółem: 472.56 g; W tym cukry: 133.12 g; Błonnik pok.: 36.82 g; Sól: 9.02 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
2026-05-12 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Hummus 60 g (***SEZ,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Hummus 60 g (***SEZ,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Hummus 60 g (***SEZ,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Hummus 60 g (***SEZ,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z tofu i marchewki 30 g (***SOJ,***)		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Risotto wegetariańskie* 300 g (***SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2471.17 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 365.66 g; W tym cukry: 56.10 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2371.66 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 59.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.34 g; Węglowodany ogółem: 366.07 g; W tym cukry: 60.77 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2652.81 kcal; Białko ogółem: 119.99 g; Tłuszcz: 89.11 g; Kw. tł. nasy.: 18.34 g; Węglowodany ogółem: 396.73 g; W tym cukry: 25.10 g; Błonnik pok.: 55.32 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 2870.70 kcal; Białko ogółem: 124.11 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 420.57 g; W tym cukry: 58.55 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 10.03 g;	Wartość energetyczna: 2569.21 kcal; Białko ogółem: 78.19 g; Tłuszcz: 90.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 391.80 g; W tym cukry: 64.40 g; Błonnik pok.: 36.93 g; Sól: 8.18 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
2026-05-13 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta z brokuła * 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta z brokuła * 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta z brokuła * 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta z brokuła * 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 60 g Pasta z brokuła * 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 30 g Sałata zielona 5 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (***MLE,***) Biszkopty 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlet pożarski-drobiowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet drobiowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet drobiowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Ziemniaki gotowane 180 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Pulpet drobiowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety z ciecierzycy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2706.55 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; Tłuszcz: 92.97 g; Kw. tł. nasy.: 20.83 g; Węglowodany ogółem: 389.54 g; W tym cukry: 66.95 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2494.68 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 368.76 g; W tym cukry: 67.19 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2589.85 kcal; Białko ogółem: 120.02 g; Tłuszcz: 88.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 378.84 g; W tym cukry: 17.52 g; Błonnik pok.: 48.71 g; Sól: 11.34 g;	Wartość energetyczna: 2862.54 kcal; Białko ogółem: 129.17 g; Tłuszcz: 84.57 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 433.92 g; W tym cukry: 82.75 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 9.83 g;	Wartość energetyczna: 2610.29 kcal; Białko ogółem: 87.55 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.19 g; Węglowodany ogółem: 384.40 g; W tym cukry: 69.69 g; Błonnik pok.: 43.36 g; Sól: 8.57 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
2026-05-14 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Hummus 60 g (***SEZ,***) Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Pasta z soczewicy czerwonej 30 g Słupki z marchewki 30 g		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku 300 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 120 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 120 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 120 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa* 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa* 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Sałatka jarzynowa* 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mandarynka 1 szt Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Mandarynka 1 szt Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2434.95 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz: 85.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 361.00 g; W tym cukry: 59.09 g; Błonnik pok.: 42.12 g; Sól: 11.46 g;	Wartość energetyczna: 2323.56 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 74.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 340.64 g; W tym cukry: 60.78 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2488.80 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; Tłuszcz: 78.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; Węglowodany ogółem: 371.91 g; W tym cukry: 44.54 g; Błonnik pok.: 49.84 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 2566.40 kcal; Białko ogółem: 118.57 g; Tłuszcz: 76.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 372.01 g; W tym cukry: 79.28 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2597.41 kcal; Białko ogółem: 91.33 g; Tłuszcz: 91.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 389.01 g; W tym cukry: 60.09 g; Błonnik pok.: 46.39 g; Sól: 10.08 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
2026-05-15 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki jęczmienne 20 g (***GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Paprykarz warzywny 60 g (***SEL,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Ryba gotowana (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Ryba gotowana (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Ryba gotowana (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Leczo wegetariańskie z ciecierzycą 300 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (***SOJ,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Ćwikła z jabłkiem b/c 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Dżem 25 g 1 szt Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 5 g	Dżem 25 g 1 szt Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2495.95 kcal; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 77.29 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 376.30 g; W tym cukry: 65.75 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2289.02 kcal; Białko ogółem: 107.16 g; Tłuszcz: 60.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 346.33 g; W tym cukry: 64.33 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2450.31 kcal; Białko ogółem: 127.72 g; Tłuszcz: 74.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; W tym cukry: 36.86 g; Błonnik pok.: 48.27 g; Sól: 11.44 g;	Wartość energetyczna: 2646.93 kcal; Białko ogółem: 122.32 g; Tłuszcz: 70.50 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 397.73 g; W tym cukry: 78.87 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 2350.24 kcal; Białko ogółem: 76.02 g; Tłuszcz: 71.28 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 383.68 g; W tym cukry: 78.02 g; Błonnik pok.: 38.20 g; Sól: 6.89 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
2026-05-16 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 60 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pasta z brokuła * 60 g Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Koktajl truskawkowy* 200 ml (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 30 g	
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Koperkowa z ryżem brązowym (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 180 g (***SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW,***) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasztet z soczewicy * 60 g (***JAJ,***) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 60 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 60 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna - diety 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 60 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 60 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy * 60 g (***JAJ,***) Sałatka wiosenna 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbatniki Be Be 16g 2 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbatniki Be Be 16g 2 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2706.65 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 92.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 385.80 g; W tym cukry: 43.91 g; Błonnik pok.: 39.72 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2523.62 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 82.44 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 355.40 g; W tym cukry: 57.54 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2575.24 kcal; Białko ogółem: 133.01 g; Tłuszcz: 92.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 357.17 g; W tym cukry: 21.71 g; Błonnik pok.: 49.78 g; Sól: 9.63 g;	Wartość energetyczna: 2905.43 kcal; Białko ogółem: 133.28 g; Tłuszcz: 94.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 408.05 g; W tym cukry: 61.69 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 10.31 g;	Wartość energetyczna: 2576.72 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 405.65 g; W tym cukry: 44.01 g; Błonnik pok.: 49.04 g; Sól: 8.30 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
2026-05-17 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 40 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Hummus 30 g (***SEZ,***) Słupki z warzyw (marchew, ogórek) () 30 g		
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety z soczewicy () 100 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Buraczki gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z fasoli 60 g Twarożek 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***)	Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 5 g	Jabłko 1 szt 1 szt Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2256.80 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz: 83.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 300.37 g; W tym cukry: 47.37 g; Błonnik pok.: 30.30 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2277.85 kcal; Białko ogółem: 112.35 g; Tłuszcz: 76.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 301.37 g; W tym cukry: 48.73 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2643.99 kcal; Białko ogółem: 130.82 g; Tłuszcz: 106.04 g; Kw. tł. nasy.: 33.11 g; Węglowodany ogółem: 335.83 g; W tym cukry: 38.60 g; Błonnik pok.: 42.44 g; Sól: 11.18 g;	Wartość energetyczna: 2574.59 kcal; Białko ogółem: 114.96 g; Tłuszcz: 94.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 334.53 g; W tym cukry: 71.00 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2417.65 kcal; Białko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 83.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 367.50 g; W tym cukry: 51.36 g; Błonnik pok.: 44.38 g; Sól: 7.96 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
2026-05-18 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 60 g Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z tofu i buraka 60 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 60 g Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (***SOJ,***) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 60 g Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu i buraka 60 g (***SOJ,***) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 60 g Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbatniki Be Be 16g 2 [Por] x 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***)	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (***MLE,***) Ryż na sypko 180 g Mus z jabłek prażonych z cynamonem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (***MLE,***) Ryż na sypko 180 g Mus z jabłek prażonych z cynamonem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka żydowska z olejem b/c () 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (***MLE,***) Ryż na sypko 180 g Mus z jabłek prażonych z cynamonem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porzeczkowy* 80 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 5 g	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 60 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 60 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 60 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 60 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 60 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2256.51 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz: 61.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 392.16 g; W tym cukry: 97.03 g; Błonnik pok.: 37.63 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2245.34 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.68 g; Węglowodany ogółem: 378.56 g; W tym cukry: 94.53 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2690.87 kcal; Białko ogółem: 121.95 g; Tłuszcz: 94.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.10 g; Węglowodany ogółem: 390.26 g; W tym cukry: 19.70 g; Błonnik pok.: 56.25 g; Sól: 10.17 g;	Wartość energetyczna: 2710.60 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 454.09 g; W tym cukry: 122.56 g; Błonnik pok.: 33.21 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2341.37 kcal; Białko ogółem: 73.76 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 15.10 g; Węglowodany ogółem: 395.38 g; W tym cukry: 94.46 g; Błonnik pok.: 38.22 g; Sól: 6.83 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
2026-05-19 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki jęczmienne 20 g (***GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 250 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 120 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 120 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 120 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 120 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 120 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 30 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z ziołami 30 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (***RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z ziołami 30 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (***RYB, SEL,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z ziołami 30 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (***RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z ziołami 30 g (***MLE,***) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (***RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta warzywna* 60 g (***SEL,***) Twarożek z ziołami 60 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- Przecier owocowy jabłko-rokitnik 100g (tubka) 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta warzywna* 30 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g	Mus- Przecier owocowy jabłko-rokitnik 100g (tubka) 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2463.28 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 90.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 349.24 g; W tym cukry: 58.22 g; Błonnik pok.: 39.01 g; Sól: 9.78 g;	Wartość energetyczna: 2441.81 kcal; Białko ogółem: 108.70 g; Tłuszcz: 70.93 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 360.99 g; W tym cukry: 50.65 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2792.51 kcal; Białko ogółem: 115.18 g; Tłuszcz: 109.06 g; Kw. tł. nasy.: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 397.17 g; W tym cukry: 24.74 g; Błonnik pok.: 52.80 g; Sól: 12.60 g;	Wartość energetyczna: 3120.64 kcal; Białko ogółem: 135.99 g; Tłuszcz: 101.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 435.60 g; W tym cukry: 72.00 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 11.28 g;	Wartość energetyczna: 2288.29 kcal; Białko ogółem: 80.59 g; Tłuszcz: 76.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 356.30 g; W tym cukry: 58.27 g; Błonnik pok.: 42.35 g; Sól: 8.52 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
2026-05-20 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Hummus 30 g (***SEZ,***) Słupki z marchewki 30 g	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	
	Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Dynia duszona z marchewką * 130 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kopytka ziemniaczane * 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka z pomidorów i koperku (bez skórki) 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Chrupki kukurydziane 25 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 30 g Sałata zielona 5 g	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Chrupki kukurydziane 25 g	
		Wartość energetyczna: 2262.00 kcal; Białko ogółem: 93.56 g; Tłuszcz: 68.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 349.43 g; W tym cukry: 43.44 g; Błonnik pok.: 34.58 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2374.88 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 67.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 363.35 g; W tym cukry: 49.01 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2409.29 kcal; Białko ogółem: 100.62 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.83 g; Węglowodany ogółem: 369.08 g; W tym cukry: 32.86 g; Błonnik pok.: 50.78 g; Sól: 11.31 g;	Wartość energetyczna: 2775.90 kcal; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 77.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 402.11 g; W tym cukry: 52.44 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 10.33 g;	Wartość energetyczna: 2532.52 kcal; Białko ogółem: 75.99 g; Tłuszcz: 75.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 413.52 g; W tym cukry: 47.35 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 7.90 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
2026-05-21 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Paprykarz warzywny 60 g (***SEL,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Paprykarz warzywny 60 g (***SEL,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Paprykarz warzywny 60 g (***SEL,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Paprykarz warzywny 60 g (***SEL,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek Fromage 60 g (***GLU PSZ, MLE,***) Paprykarz warzywny 60 g (***SEL,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i kiełbasą 300 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Pasztet z soczewicy * 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasztet z soczewicy * 60 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z soczewicy * 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 5 g	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2494.46 kcal; Białko ogółem: 81.22 g; Tłuszcz: 88.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 375.87 g; W tym cukry: 48.29 g; Błonnik pok.: 39.13 g; Sól: 10.85 g;	Wartość energetyczna: 2393.01 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 70.32 g; Kw. tł. nasy.: 16.05 g; Węglowodany ogółem: 368.75 g; W tym cukry: 47.41 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2563.72 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz: 91.05 g; Kw. tł. nasy.: 18.32 g; Węglowodany ogółem: 388.67 g; W tym cukry: 26.25 g; Błonnik pok.: 54.01 g; Sól: 9.78 g;	Wartość energetyczna: 2689.28 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 83.28 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; Węglowodany ogółem: 409.78 g; W tym cukry: 47.22 g; Błonnik pok.: 35.93 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 2586.64 kcal; Białko ogółem: 78.33 g; Tłuszcz: 92.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 391.85 g; W tym cukry: 49.55 g; Błonnik pok.: 39.56 g; Sól: 8.02 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
2026-05-22 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Dżem 25 g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Dżem 25 g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 5 g	Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Dżem 25 g 1 szt	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba smażona (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku* 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Słupki z marchewki 30 g Pasta z groszku zielonego b/ml 30 g	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ćwikła z jabłkiem b/c 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 60 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ćwikła z jabłkiem b/c 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ćwikła z jabłkiem b/c 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (***JAJ, MLE,***) Hummus 60 g (***SEZ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 30 g (***SEZ,***) Sałata zielona 5 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2380.79 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 70.67 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 367.90 g; W tym cukry: 61.46 g; Błonnik pok.: 33.25 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2305.91 kcal; Białko ogółem: 95.47 g; Tłuszcz: 57.31 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; Węglowodany ogółem: 371.09 g; W tym cukry: 62.17 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2405.20 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 79.86 g; Kw. tł. nasy.: 15.30 g; Węglowodany ogółem: 377.23 g; W tym cukry: 41.41 g; Błonnik pok.: 53.15 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 2811.26 kcal; Białko ogółem: 116.24 g; Tłuszcz: 70.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 451.17 g; W tym cukry: 89.87 g; Błonnik pok.: 32.70 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2752.94 kcal; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 97.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.79 g; Węglowodany ogółem: 398.02 g; W tym cukry: 56.25 g; Błonnik pok.: 38.48 g; Sól: 7.28 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
2026-05-23 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki jęczmienne 20 g (***GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 40 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Musli domowe 30 g (***GLU OW,***)	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza bulgur 180 g (***GLU PSZ,***) Marchew z groszkiem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza bulgur 180 g (***GLU PSZ,***) Marchew z groszkiem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Marchew z groszkiem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew z groszkiem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 100 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 100 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 100 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 100 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Sałatka z ryżu, brokułów i jajka 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 5 g	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2182.85 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 327.24 g; W tym cukry: 26.65 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2130.74 kcal; Białko ogółem: 86.44 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 324.59 g; W tym cukry: 29.71 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 2622.49 kcal; Białko ogółem: 114.26 g; Tłuszcz: 87.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 392.51 g; W tym cukry: 23.11 g; Błonnik pok.: 48.82 g; Sól: 11.43 g;	Wartość energetyczna: 2616.80 kcal; Białko ogółem: 115.08 g; Tłuszcz: 82.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 380.75 g; W tym cukry: 28.51 g; Błonnik pok.: 35.50 g; Sól: 10.79 g;	Wartość energetyczna: 2367.72 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 84.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 355.77 g; W tym cukry: 30.66 g; Błonnik pok.: 43.56 g; Sól: 7.87 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
2026-05-24 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Hummus 60 g (***SEZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Mizeria 120 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Mizeria 120 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw z tofu* 350 g (***SOJ, SEL,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Mizeria 120 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Hummus 30 g (***SEZ,***)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 60 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)	
		Wartość energetyczna: 1992.20 kcal; Białko ogółem: 104.94 g; Tłuszcz: 59.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 293.36 g; W tym cukry: 37.42 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2086.49 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 61.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 292.62 g; W tym cukry: 33.92 g; Błonnik pok.: 16.09 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2488.40 kcal; Białko ogółem: 121.37 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 375.19 g; W tym cukry: 24.71 g; Błonnik pok.: 47.79 g; Sól: 10.55 g;	Wartość energetyczna: 2386.56 kcal; Białko ogółem: 127.27 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 336.71 g; W tym cukry: 36.72 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 2108.51 kcal; Białko ogółem: 73.93 g; Tłuszcz: 75.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 315.80 g; W tym cukry: 60.77 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sól: 7.00 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,