		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
2026-05-25 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser mozzarella kulki 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt 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 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,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt 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 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Ser żółty 30 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 gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Mandarynka 1 szt Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)	
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Naleśniki z serem 3 szt. 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z truskawek* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Naleśniki z serem 3 szt. 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos jogurtowy naturalny 80 g (***MLE,***) Mus z truskawek* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Naleśniki z serem 3 szt. 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z truskawek* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Jogurt truskawkowy 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Papryka świeża 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Papryka świeża 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Papryka świeża 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 Hummus 60 g (***SEZ,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Dżem 25 g 1 szt		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	Wafle ryżowe 30 g Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***)	Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2690.09 kcal; Białko ogółem: 110.01 g; Tłuszcz: 75.47 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 423.26 g; W tym cukry: 90.25 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2501.60 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 374.76 g; W tym cukry: 58.83 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2644.36 kcal; Białko ogółem: 123.85 g; Tłuszcz: 84.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.90 g; Węglowodany ogółem: 405.00 g; W tym cukry: 41.27 g; Błonnik pok.: 54.60 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2931.28 kcal; Białko ogółem: 127.14 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 465.26 g; W tym cukry: 125.12 g; Błonnik pok.: 34.90 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2828.97 kcal; Białko ogółem: 101.55 g; Tłuszcz: 95.30 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 420.00 g; W tym cukry: 93.36 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sól: 7.30 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
2026-05-26 wtorek	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 szkolna- wp. parzona 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 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,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Ogórek świeży 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 Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 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 Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) 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 Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Musli domowe 20 g (***GLU OW,***)	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z marchewką * 120 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Kasza gryczana 180 g Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z marchewką * 120 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 180 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, 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 Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Twarożek z natką pietruszki 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 Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Twarożek z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 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,***) Twarożek z natką pietruszki 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 Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Twarożek z natką pietruszki 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 Pasta z tofu i papryki 60 g (***SOJ,***) Twarożek z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Musli domowe 20 g (***GLU OW,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 30 g	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	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Musli domowe 20 g (***GLU OW,***)
		Wartość energetyczna: 2329.70 kcal; Białko ogółem: 112.97 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 329.17 g; W tym cukry: 31.01 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2483.06 kcal; Białko ogółem: 118.37 g; Tłuszcz: 73.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 352.10 g; W tym cukry: 37.29 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2579.58 kcal; Białko ogółem: 124.25 g; Tłuszcz: 94.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.84 g; Węglowodany ogółem: 359.75 g; W tym cukry: 38.70 g; Błonnik pok.: 47.63 g; Sól: 9.17 g;	Wartość energetyczna: 2692.43 kcal; Białko ogółem: 126.65 g; Tłuszcz: 81.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 390.39 g; W tym cukry: 57.52 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2474.69 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 93.56 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 345.32 g; W tym cukry: 36.44 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sól: 7.42 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
2026-05-27 środa	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 Ser mozzarella kulki 60 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor 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 Ser mozzarella kulki 60 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 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 Ser mozzarella kulki 60 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor 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 Ser mozzarella kulki 60 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor 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 fasoli konserwowej i natki pietruszki 60 g Ser mozzarella kulki 60 g (***MLE,***) 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 fasoli konserwowej i natki pietruszki 30 g	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlet pożarski-drobiowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kotlet pożarski-drobiowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Ćwikła z jabłkiem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kotlet z jaj-pieczony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Ćwikła z jabłkiem 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***)	Sok pomidorowy, kubek 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 Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Serek a'la homogenizowany 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Serek a'la homogenizowany 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Serek a'la homogenizowany 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 Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Serek a'la homogenizowany 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 Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 30 g		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	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2765.04 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Tłuszcz: 98.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 384.39 g; W tym cukry: 41.89 g; Błonnik pok.: 36.96 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2412.90 kcal; Białko ogółem: 110.70 g; Tłuszcz: 68.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 356.60 g; W tym cukry: 39.85 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sól: 9.15 g;	Wartość energetyczna: 2770.72 kcal; Białko ogółem: 131.33 g; Tłuszcz: 94.91 g; Kw. tł. nasy.: 32.41 g; Węglowodany ogółem: 401.21 g; W tym cukry: 45.08 g; Błonnik pok.: 50.12 g; Sól: 11.10 g;	Wartość energetyczna: 3112.54 kcal; Białko ogółem: 125.37 g; Tłuszcz: 100.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 429.59 g; W tym cukry: 41.97 g; Błonnik pok.: 38.76 g; Sól: 11.97 g;	Wartość energetyczna: 2823.84 kcal; Białko ogółem: 115.37 g; Tłuszcz: 104.43 g; Kw. tł. nasy.: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 387.63 g; W tym cukry: 40.93 g; Błonnik pok.: 36.61 g; Sól: 8.68 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
2026-05-28 czwartek	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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (***MLE,***) Ogórek świeży 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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) 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 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (***MLE,***) Ogórek świeży 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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (***MLE,***) Ogórek świeży 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 Miód (25g) 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (***MLE,***) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Słupki z marchewki 30 g Hummus 30 g (***SEZ,***)		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko 180 g Leczo z drobiem-dieta * 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryż na sypko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Leczo z drobiem-dieta * 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryż na sypko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Leczo wegetariańskie z soczewicą* 180 g Ryż na sypko 180 g Sałata zielona z jogurtem 60 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 gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Jogurt truskawkowy 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 Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 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 Hummus 60 g (***SEZ,***) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Herbatniki Be Be 16g 2 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***) 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 Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Herbatniki Be Be 16g 2 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2293.91 kcal; Białko ogółem: 86.39 g; Tłuszcz: 66.51 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 364.44 g; W tym cukry: 42.99 g; Błonnik pok.: 27.65 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2355.79 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 364.15 g; W tym cukry: 42.29 g; Błonnik pok.: 19.41 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2363.73 kcal; Białko ogółem: 94.73 g; Tłuszcz: 82.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.61 g; Węglowodany ogółem: 359.20 g; W tym cukry: 23.28 g; Błonnik pok.: 49.06 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2548.81 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 78.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 387.11 g; W tym cukry: 66.66 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2510.78 kcal; Białko ogółem: 72.40 g; Tłuszcz: 82.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; Węglowodany ogółem: 394.00 g; W tym cukry: 61.92 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 7.12 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
2026-05-29 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 Twarożek 60 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Marchew gotowana z olejem* 60 g 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 Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem* 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 Twarożek 60 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Marchew gotowana z olejem* 60 g 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 Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem* 60 g 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 Ser żółty 30 g (***MLE,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem* 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Wafle ryżowe 30 g Pasta z brokuła * 30 g		
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Ryba smażona (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 120 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z ciecierz. () 120 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Jogurt brzoskwiniowy 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 Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) 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 Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) 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 Hummus 60 g (***SEZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g	Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2278.09 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 335.50 g; W tym cukry: 38.07 g; Błonnik pok.: 34.07 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2225.98 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 64.80 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; Węglowodany ogółem: 324.62 g; W tym cukry: 33.26 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2355.89 kcal; Białko ogółem: 112.93 g; Tłuszcz: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 361.83 g; W tym cukry: 27.41 g; Błonnik pok.: 47.89 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 2442.44 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 71.22 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 376.45 g; W tym cukry: 62.19 g; Błonnik pok.: 35.61 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2586.36 kcal; Białko ogółem: 85.70 g; Tłuszcz: 100.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 365.82 g; W tym cukry: 39.55 g; Białko pok.: 37.49 g; Sól: 8.34 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
2026-05-30 sobota	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 Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Twarożek z koperkiem 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 owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 60 g 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 Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Musli domowe 20 g (***GLU OW,***)	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 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 Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 60 g Pomidor 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 Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 150 g (***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,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 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 Hummus 60 g (***SEZ,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***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 Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) 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: 2566.81 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 87.04 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 369.49 g; W tym cukry: 32.44 g; Błonnik pok.: 37.80 g; Sól: 10.67 g;	Wartość energetyczna: 2501.38 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 81.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 351.33 g; W tym cukry: 48.20 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2723.57 kcal; Białko ogółem: 119.06 g; Tłuszcz: 95.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 380.77 g; W tym cukry: 39.29 g; Błonnik pok.: 42.32 g; Sól: 11.41 g;	Wartość energetyczna: 2955.81 kcal; Białko ogółem: 132.67 g; Tłuszcz: 91.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 437.30 g; W tym cukry: 73.67 g; Błonnik pok.: 43.00 g; Sól: 10.92 g;	Wartość energetyczna: 2708.88 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 93.47 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 407.17 g; W tym cukry: 39.01 g; Błonnik pok.: 44.43 g; Sól: 9.23 g;

		q KAW- IPiN Podstawowa	q KAW- IPiN Łatwostrawna	q KAW- IPiN Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów/Bogatoresztkowa	q KAW- IPiN Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN Wegetariańska
2026-05-31 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 Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Papryka świeża 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 Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) 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 żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Papryka świeża 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Papryka świeża 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,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Papryka świeża 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 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 130 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia duszona z marchewką * 120 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 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 130 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia duszona z marchewką * 120 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety z ciecierzycy () 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z koperkiem i 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 Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 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 Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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 Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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 Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 60 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 5 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Jabłko 1 szt 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2253.28 kcal; Białko ogółem: 103.05 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 313.20 g; W tym cukry: 48.07 g; Błonnik pok.: 34.88 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2307.03 kcal; Białko ogółem: 106.60 g; Tłuszcz: 74.39 g; Kw. tł. nasy.: 18.72 g; Węglowodany ogółem: 318.47 g; W tym cukry: 44.67 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2792.26 kcal; Białko ogółem: 138.15 g; Tłuszcz: 104.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 372.36 g; W tym cukry: 38.25 g; Błonnik pok.: 51.19 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2757.47 kcal; Białko ogółem: 134.15 g; Tłuszcz: 89.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 378.89 g; W tym cukry: 55.81 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2466.31 kcal; Białko ogółem: 77.24 g; Tłuszcz: 92.12 g; Kw. tł. nasy.: 15.90 g; Węglowodany ogółem: 369.88 g; W tym cukry: 54.61 g; Błonnik pok.: 47.10 g; Sól: 6.70 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
2026-06-01 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jaglana 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 60 g Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***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 brokuła * 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana 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 brokuła * 60 g Hummus 60 g (***SEZ,***) Ogórek kiszony 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 Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Banan 1szt. 1 szt Bułka maślana 1 szt 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałatka wiosenna 65 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałatka wiosenna - diety 65 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałatka wiosenna 65 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 60 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałatka wiosenna 65 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna 65 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt truskawkowy 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 Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***) Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2243.81 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 376.20 g; W tym cukry: 72.81 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2319.76 kcal; Białko ogółem: 89.51 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 372.99 g; W tym cukry: 71.28 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2677.80 kcal; Białko ogółem: 109.72 g; Tłuszcz: 102.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 382.32 g; W tym cukry: 46.24 g; Błonnik pok.: 55.63 g; Sól: 11.47 g;	Wartość energetyczna: 3102.66 kcal; Białko ogółem: 119.26 g; Tłuszcz: 85.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.04 g; Węglowodany ogółem: 505.78 g; W tym cukry: 115.20 g; Błonnik pok.: 36.22 g; Sól: 11.43 g;	Wartość energetyczna: 2463.32 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 79.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 383.54 g; W tym cukry: 74.57 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 8.44 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
2026-06-02 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, 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 Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Jabłko 1 szt 1 szt 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 Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) 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 Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Jabłko 1 szt 1 szt 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 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***)	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Kotlet z fasoli i marchwi () 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (***SEL,***) 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 gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Pomarańcza 1 szt. 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 Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Paprykarz warzywny. 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 Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Paprykarz warzywny. 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 Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Paprykarz warzywny. 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 Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Paprykarz warzywny. 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 Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy * 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Paprykarz warzywny. 60 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mandarynka 1 szt Ciasto drożdżowe b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Banan 150 g Ciasto drożdżowe b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	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,***)	Mandarynka 1 szt Ciasto drożdżowe b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	
		Wartość energetyczna: 2408.63 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 67.77 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; Węglowodany ogółem: 350.83 g; W tym cukry: 57.32 g; Błonnik pok.: 35.37 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2556.62 kcal; Białko ogółem: 104.50 g; Tłuszcz: 66.91 g; Kw. tł. nasy.: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 375.91 g; W tym cukry: 77.53 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2729.21 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 95.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; Węglowodany ogółem: 406.65 g; W tym cukry: 36.37 g; Błonnik pok.: 53.25 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2817.31 kcal; Białko ogółem: 114.11 g; Tłuszcz: 82.47 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; Węglowodany ogółem: 412.26 g; W tym cukry: 79.32 g; Błonnik pok.: 42.61 g; Sól: 10.89 g;	Wartość energetyczna: 2786.65 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 97.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.15 g; Węglowodany ogółem: 396.77 g; W tym cukry: 59.84 g; Błonnik pok.: 42.17 g; Sól: 8.28 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
2026-06-03 środa	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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasta z tofu i buraka 60 g (***SOJ,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasta z tofu i buraka 60 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasta z tofu i buraka 60 g (***SOJ,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasta z tofu i buraka 60 g (***SOJ,***) Pomidor 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,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 60 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***MLE,***) Musli domowe 20 g (***GLU OW,***)	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza gryczana 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jaglane z soczewicą* 300 g (***SEL,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 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 Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g	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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pasztet rybny z warzywami (Miruna) ** 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Sałata zielona 5 g Ogórek świeży 60 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pasztet rybny z warzywami (Miruna) ** 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pasztet rybny z warzywami (Miruna) ** 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ogórek świeży 60 g	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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pasztet rybny z warzywami (Miruna) ** 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ogórek świeży 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 żółty 30 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Sałata zielona 5 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2638.68 kcal; Białko ogółem: 115.55 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 391.78 g; W tym cukry: 51.69 g; Błonnik pok.: 35.73 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2692.54 kcal; Białko ogółem: 118.29 g; Tłuszcz: 76.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 401.62 g; W tym cukry: 52.00 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2879.55 kcal; Białko ogółem: 127.17 g; Tłuszcz: 98.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 423.83 g; W tym cukry: 43.90 g; Błonnik pok.: 49.58 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 2883.51 kcal; Białko ogółem: 136.50 g; Tłuszcz: 87.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 415.98 g; W tym cukry: 55.99 g; Błonnik pok.: 37.21 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 2391.03 kcal; Białko ogółem: 92.70 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 368.39 g; W tym cukry: 51.80 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 7.36 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
2026-06-04 czwartek	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 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 z fasoli* 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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 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 natką pietruszki 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 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 z fasoli* 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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 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 z fasoli* 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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 Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli* 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Jabłko 1 szt 1 szt 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 twarogu z natką pietruszki 30 g (***MLE,***)		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 180 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 180 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 180 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 120 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 180 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 350 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 gotowany 30 g	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 Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z buraka 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 Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z buraka 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 Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z buraka 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 Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z buraka 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 Dżem 25 g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z buraka 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***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	Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2598.22 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 81.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 390.11 g; W tym cukry: 57.67 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2528.00 kcal; Białko ogółem: 109.77 g; Tłuszcz: 72.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 371.97 g; W tym cukry: 57.76 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2786.02 kcal; Białko ogółem: 117.50 g; Tłuszcz: 92.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.32 g; Węglowodany ogółem: 429.54 g; W tym cukry: 42.86 g; Błonnik pok.: 59.59 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2866.92 kcal; Białko ogółem: 127.29 g; Tłuszcz: 88.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 420.72 g; W tym cukry: 58.93 g; Błonnik pok.: 35.46 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 2552.21 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 65.48 g; Kw. tł. nasy.: 17.31 g; Węglowodany ogółem: 423.69 g; W tym cukry: 66.88 g; Błonnik pok.: 36.38 g; Sól: 6.28 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
2026-06-05 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 Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Ser żółty 40 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 Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Twarożek 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 owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Twarożek 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,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 40 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) 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 Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Słupki z marchewki 30 g Pasztet sojowy z pomidorami 30 g (***SOJ, GOR,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Mandarynka 1 szt	
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty młodej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku* 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Kotlety z ciecierzycy () 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej 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 Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (***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 Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 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 Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, 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	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 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 brokuła * 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2587.20 kcal; Białko ogółem: 99.21 g; Tłuszcz: 95.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 363.37 g; W tym cukry: 46.05 g; Błonnik pok.: 32.08 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2293.01 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 65.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.72 g; Węglowodany ogółem: 340.59 g; W tym cukry: 48.96 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2328.31 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 82.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 346.23 g; W tym cukry: 35.27 g; Błonnik pok.: 47.05 g; Sól: 8.98 g;	Wartość energetyczna: 2892.86 kcal; Białko ogółem: 111.39 g; Tłuszcz: 102.39 g; Kw. tł. nasy.: 31.12 g; Węglowodany ogółem: 412.80 g; W tym cukry: 74.39 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 9.86 g;	Wartość energetyczna: 2765.35 kcal; Białko ogółem: 82.09 g; Tłuszcz: 115.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.11 g; Węglowodany ogółem: 385.67 g; W tym cukry: 49.05 g; Błonnik pok.: 42.87 g; Sól: 9.01 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
2026-06-06 sobota	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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Mix sałat z marchewką i olejem 40 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Mix sałat z marchewką i olejem 40 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Mix sałat z marchewką i olejem 40 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 Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Mix sałat z marchewką i olejem 40 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 Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 60 g Mix sałat z marchewką i olejem 40 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 i natki pietruszki 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 180 g (***SEL,***) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Filet z kurczaka duszony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 180 g (***SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi 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,***) Sałatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszonego 50 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor b/skórki 60 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ogórek kiszony 60 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***GLU PSZ, SOJ, 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszonego 100 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mandarynka 1 szt Chrupki kukurydziane 25 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Mandarynka 1 szt Chrupki kukurydziane 25 g	
		Wartość energetyczna: 2173.55 kcal; Białko ogółem: 83.59 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 16.24 g; Węglowodany ogółem: 344.55 g; W tym cukry: 43.83 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2285.06 kcal; Białko ogółem: 96.38 g; Tłuszcz: 61.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 355.62 g; W tym cukry: 52.61 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2429.49 kcal; Białko ogółem: 101.74 g; Tłuszcz: 80.51 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 378.02 g; W tym cukry: 22.43 g; Błonnik pok.: 53.56 g; Sól: 10.78 g;	Wartość energetyczna: 2625.34 kcal; Białko ogółem: 120.70 g; Tłuszcz: 72.00 g; Kw. tł. nasy.: 18.31 g; Węglowodany ogółem: 410.20 g; W tym cukry: 53.03 g; Błonnik pok.: 38.21 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 2424.94 kcal; Białko ogółem: 100.68 g; Tłuszcz: 67.65 g; Kw. tł. nasy.: 15.44 g; Węglowodany ogółem: 387.97 g; W tym cukry: 42.85 g; Błonnik pok.: 45.01 g; Sól: 7.77 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
2026-06-07 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 Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Rzodkiewka 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 Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	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 Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Rzodkiewka 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 Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Rzodkiewka 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,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Wafle ryżowe 30 g Hummus 30 g (***SEZ,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Musli domowe 20 g (***GLU OW,***)	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mizeria 120 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mizeria 120 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria 120 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety z soczewicy () 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mizeria 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 Filet z kurczaka gotowany 30 g	Jogurt brzoskwiniowy 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 tofu i papryki 60 g (***SOJ,***) 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 Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Serek a'la homogenizowany 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 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 tofu i papryki 60 g (***SOJ,***) 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 tofu i papryki 60 g (***SOJ,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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 tofu i papryki 60 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) 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 Ser żółty 30 g (***MLE,***)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2151.27 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 76.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 314.61 g; W tym cukry: 37.54 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2103.04 kcal; Białko ogółem: 104.60 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 306.18 g; W tym cukry: 44.10 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2626.87 kcal; Białko ogółem: 124.42 g; Tłuszcz: 94.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 368.94 g; W tym cukry: 33.01 g; Błonnik pok.: 45.20 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2290.47 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 19.99 g; Węglowodany ogółem: 339.54 g; W tym cukry: 61.00 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2305.38 kcal; Białko ogółem: 82.65 g; Tłuszcz: 86.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 336.57 g; W tym cukry: 41.93 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sól: 6.60 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,