		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-08-31 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki jęczmienne 20 g (***GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Klopsik drobiowy z udźca 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (***SOJ,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Kanapkowa schabowa- kiełbasa wp. gruborozdrob 30 g (***GLU PSZ, SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 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 Kanapkowa schabowa- kiełbasa wp. gruborozdrob 30 g (***GLU PSZ, SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 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 Kanapkowa schabowa- kiełbasa wp. gruborozdrob 30 g (***GLU PSZ, SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 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 Kanapkowa schabowa- kiełbasa wp. gruborozdrob 30 g (***GLU PSZ, SOJ, GOR,***) Serek śmietankowy naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser topiony 60 g (***MLE,***) Serek śmietankowy naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Gruszka 150 g	Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Banan 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszonego 50 g	Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Banan 150 g	Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Gruszka 150 g
		Wartość energetyczna: 2551.22 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 77.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 401.43 g; W tym cukry: 67.65 g; Błonnik pok.: 38.04 g; Sód: 3320.55 mg;	Wartość energetyczna: 2582.22 kcal; Białko ogółem: 89.00 g; Tłuszcz: 73.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 407.29 g; W tym cukry: 82.18 g; Błonnik pok.: 25.61 g; Sód: 3233.40 mg;	Wartość energetyczna: 2699.74 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 103.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.24 g; Węglowodany ogółem: 384.64 g; W tym cukry: 32.80 g; Błonnik pok.: 53.69 g; Sód: 4127.44 mg;	Wartość energetyczna: 2905.74 kcal; Białko ogółem: 105.88 g; Tłuszcz: 83.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 448.98 g; W tym cukry: 95.42 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sód: 3617.17 mg;	Wartość energetyczna: 2729.45 kcal; Białko ogółem: 85.41 g; Tłuszcz: 99.99 g; Kw. tł. nasy.: 34.39 g; Węglowodany ogółem: 399.26 g; W tym cukry: 68.45 g; Błonnik pok.: 35.40 g; Sód: 3567.96 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-01 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Pomidor 75 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 Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Hummus 60 g (***SEZ,***) Pomidor 75 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 Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Hummus 60 g (***SEZ,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Hummus 60 g (***SEZ,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z tofu i marchewki 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z tofu i marchewki 30 g (***SOJ,***)	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Risotto wegetariańskie* 300 g (***SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Rzodkiew biała 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2410.52 kcal; Białko ogółem: 109.54 g; Tłuszcz: 67.69 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 370.72 g; W tym cukry: 64.18 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sód: 3067.49 mg;	Wartość energetyczna: 2418.09 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 368.97 g; W tym cukry: 65.88 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sód: 2721.66 mg;	Wartość energetyczna: 2732.16 kcal; Białko ogółem: 122.76 g; Tłuszcz: 93.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 404.04 g; W tym cukry: 36.27 g; Błonnik pok.: 58.47 g; Sód: 4106.72 mg;	Wartość energetyczna: 2948.96 kcal; Białko ogółem: 126.79 g; Tłuszcz: 91.31 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 427.69 g; W tym cukry: 64.46 g; Błonnik pok.: 31.59 g; Sód: 3858.58 mg;	Wartość energetyczna: 2587.40 kcal; Białko ogółem: 79.15 g; Tłuszcz: 91.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 393.48 g; W tym cukry: 68.67 g; Błonnik pok.: 39.69 g; Sód: 3282.88 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-02 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 30 g Pasta z brokuła * 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (***MLE,***) Biszkopty 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlet pożarski-drobiowy pieczony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet drobiowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Pulpet drobiowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Ziemniaki gotowane 180 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Pulpet drobiowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety z ciecierzycy pieczone 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (***RYB, SEL,***) Ogórek świeży 75 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 (***SOJ, SEL,***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (***RYB, SEL,***) Pomidor b/skórki 75 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 (***SOJ, SEL,***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (***RYB, SEL,***) Ogórek świeży 75 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 (***SOJ, SEL,***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (***RYB, SEL,***) Ogórek świeży 75 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 Twarożek 60 g (***MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Brzoskwinia 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	Banan 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Brzoskwinia 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2448.37 kcal; Białko ogółem: 104.67 g; Tłuszcz: 81.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.05 g; Węglowodany ogółem: 353.85 g; W tym cukry: 46.35 g; Błonnik pok.: 34.24 g; Sód: 3526.84 mg;	Wartość energetyczna: 2369.67 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 349.15 g; W tym cukry: 62.66 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sód: 3496.03 mg;	Wartość energetyczna: 2532.56 kcal; Białko ogółem: 115.99 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 366.79 g; W tym cukry: 24.06 g; Błonnik pok.: 47.68 g; Sód: 4191.00 mg;	Wartość energetyczna: 2671.86 kcal; Białko ogółem: 124.92 g; Tłuszcz: 80.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 398.23 g; W tym cukry: 62.15 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sód: 3570.40 mg;	Wartość energetyczna: 2364.97 kcal; Białko ogółem: 82.44 g; Tłuszcz: 80.75 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 354.04 g; W tym cukry: 56.89 g; Błonnik pok.: 40.26 g; Sód: 2692.66 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-03 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Hummus 60 g (***SEZ,***) Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 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 z soczewicy * 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Słupki z marchewki 30 g	Pasztet z soczewicy * 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Słupki z marchewki 30 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku 300 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasztet z soczewicy * 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko 150 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Jabłko 150 g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2514.90 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz: 90.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 369.52 g; W tym cukry: 69.94 g; Błonnik pok.: 44.33 g; Sód: 4670.42 mg;	Wartość energetyczna: 2467.35 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 85.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 349.36 g; W tym cukry: 71.28 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sód: 3200.54 mg;	Wartość energetyczna: 2798.52 kcal; Białko ogółem: 131.31 g; Tłuszcz: 100.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 400.68 g; W tym cukry: 50.05 g; Błonnik pok.: 54.41 g; Sód: 4669.66 mg;	Wartość energetyczna: 2685.87 kcal; Białko ogółem: 120.12 g; Tłuszcz: 84.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 383.39 g; W tym cukry: 90.64 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sód: 3369.97 mg;	Wartość energetyczna: 2766.40 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 102.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 403.09 g; W tym cukry: 71.28 g; Błonnik pok.: 49.23 g; Sód: 4161.50 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-04 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Paprykarz warzywny 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Paprykarz warzywny 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki jęczmienne 20 g (***GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Paprykarz warzywny 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Paprykarz warzywny 75 g (***SEL,***) 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 Miód (25g) 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Paprykarz warzywny 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Ryba gotowana (Miruna) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Ryba gotowana (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Ryba gotowana (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Ryba gotowana (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Leczo wegetariańskie z ciecierzycą 300 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (***SOJ,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 75 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 75 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 75 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,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Ćwikła z jabłkiem b/c 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Dżem 25 g 1 szt Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 5 g	Dżem 25 g 1 szt Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2267.32 kcal; Białko ogółem: 105.45 g; Tłuszcz: 58.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; Węglowodany ogółem: 358.39 g; W tym cukry: 77.01 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sód: 3540.34 mg;	Wartość energetyczna: 2374.72 kcal; Białko ogółem: 108.04 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 16.83 g; Węglowodany ogółem: 361.14 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sód: 3576.66 mg;	Wartość energetyczna: 2467.52 kcal; Białko ogółem: 127.83 g; Tłuszcz: 77.46 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 366.22 g; W tym cukry: 32.08 g; Błonnik pok.: 48.76 g; Sód: 4448.97 mg;	Wartość energetyczna: 2732.02 kcal; Białko ogółem: 123.44 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.40 g; Węglowodany ogółem: 412.55 g; W tym cukry: 90.77 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sód: 4264.76 mg;	Wartość energetyczna: 2435.97 kcal; Białko ogółem: 75.54 g; Tłuszcz: 70.97 g; Kw. tł. nasy.: 17.31 g; Węglowodany ogółem: 405.08 g; W tym cukry: 106.76 g; Błonnik pok.: 37.34 g; Sód: 2751.84 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-05 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 75 g Jabłko pieczone 150 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pasta z brokuła * 75 g Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Koktajl truskawkowy* 200 ml (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 30 g	
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 180 g (***SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW,***) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasztet z soczewicy * 60 g (***JAJ,***) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 60 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna - diety 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 60 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna - diety 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna - diety 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 60 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna - diety 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 60 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy * 60 g (***JAJ,***) Sałatka wiosenna - diety 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbatniki Be Be 16g 2 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbatniki Be Be 16g 2 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2811.10 kcal; Białko ogółem: 120.91 g; Tłuszcz: 99.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 397.80 g; W tym cukry: 68.77 g; Błonnik pok.: 39.21 g; Sód: 3549.68 mg;	Wartość energetyczna: 2600.21 kcal; Białko ogółem: 111.46 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 367.57 g; W tym cukry: 80.97 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sód: 3675.60 mg;	Wartość energetyczna: 2652.39 kcal; Białko ogółem: 133.44 g; Tłuszcz: 98.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 361.00 g; W tym cukry: 36.65 g; Błonnik pok.: 47.63 g; Sód: 3885.52 mg;	Wartość energetyczna: 3009.88 kcal; Białko ogółem: 133.11 g; Tłuszcz: 100.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 420.04 g; W tym cukry: 86.55 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sód: 4205.66 mg;	Wartość energetyczna: 2693.76 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 83.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.29 g; Węglowodany ogółem: 418.38 g; W tym cukry: 69.19 g; Błonnik pok.: 48.88 g; Sód: 3470.19 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-06 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 75 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 75 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 75 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 Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Hummus 30 g (***SEZ,***) Słupki z warzyw (marchew, ogórek) () 30 g	Hummus 30 g (***SEZ,***) Słupki z warzyw (marchew, ogórek) () 30 g	
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety z soczewicy () 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (***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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 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 Twarożek 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko 150 g Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***)	Jabłko pieczone 150 g Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***)	Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Jabłko 150 g Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2249.23 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 81.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 308.15 g; W tym cukry: 54.92 g; Błonnik pok.: 34.65 g; Sód: 3292.41 mg;	Wartość energetyczna: 2305.01 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 81.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 307.89 g; W tym cukry: 54.34 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sód: 3205.75 mg;	Wartość energetyczna: 2728.02 kcal; Białko ogółem: 128.77 g; Tłuszcz: 104.89 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 367.45 g; W tym cukry: 46.79 g; Błonnik pok.: 50.15 g; Sód: 4435.72 mg;	Wartość energetyczna: 2467.40 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 89.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 326.52 g; W tym cukry: 65.81 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sód: 3418.04 mg;	Wartość energetyczna: 2281.63 kcal; Białko ogółem: 72.28 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; Węglowodany ogółem: 356.18 g; W tym cukry: 68.27 g; Błonnik pok.: 41.50 g; Sód: 2926.62 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-07 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z tofu i buraka 60 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z tofu i buraka 60 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z tofu i buraka 60 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (***SOJ,***) Pasta z tofu i buraka 60 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Hummus 60 g (***SEZ,***) Pasta z tofu i buraka 60 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 75 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,***) Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 50 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbatniki Be Be 16g 2 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORŻ,***)	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (***MLE,***) Ryż na sypko 180 g Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (***MLE,***) Ryż na sypko 180 g Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (***MLE,***) Ryż na sypko 180 g Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porzeczkowy* 80 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Jabłko 150 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 drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pasta warzywna* 75 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***) Arbuz 150 g		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	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***) Arbuz 150 g	
		Wartość energetyczna: 2394.68 kcal; Białko ogółem: 82.45 g; Tłuszcz: 74.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 392.64 g; W tym cukry: 110.53 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sód: 3252.61 mg;	Wartość energetyczna: 2371.84 kcal; Białko ogółem: 84.04 g; Tłuszcz: 65.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 391.37 g; W tym cukry: 110.10 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sód: 2870.87 mg;	Wartość energetyczna: 2782.93 kcal; Białko ogółem: 123.96 g; Tłuszcz: 105.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 385.51 g; W tym cukry: 31.73 g; Błonnik pok.: 55.42 g; Sód: 4153.48 mg;	Wartość energetyczna: 2837.22 kcal; Białko ogółem: 113.92 g; Tłuszcz: 79.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 448.55 g; W tym cukry: 132.46 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sód: 3396.41 mg;	Wartość energetyczna: 2604.42 kcal; Białko ogółem: 78.91 g; Tłuszcz: 94.07 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 402.33 g; W tym cukry: 109.20 g; Błonnik pok.: 36.56 g; Sód: 3051.29 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-08 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki jęczmienne 20 g (***GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 30 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z ziołami 30 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z ziołami 30 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z ziołami 30 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z ziołami 30 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta warzywna* 60 g (***SEL,***) Twarożek z ziołami 60 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- Przecier owocowy jabłko-rokitnik 100g (tubka) 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta warzywna* 30 g (***SEL,***) Sałata zielona 5 g	Mus- Przecier owocowy jabłko-rokitnik 100g (tubka) 1 szt Herbatniki Be Be 16g 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2768.68 kcal; Białko ogółem: 116.51 g; Tłuszcz: 92.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 401.55 g; W tym cukry: 57.58 g; Błonnik pok.: 40.60 g; Sód: 3804.40 mg;	Wartość energetyczna: 2581.81 kcal; Białko ogółem: 113.92 g; Tłuszcz: 76.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 378.81 g; W tym cukry: 53.39 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sód: 3207.68 mg;	Wartość energetyczna: 2961.53 kcal; Białko ogółem: 122.68 g; Tłuszcz: 116.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.71 g; Węglowodany ogółem: 415.54 g; W tym cukry: 32.36 g; Błonnik pok.: 54.70 g; Sód: 4827.48 mg;	Wartość energetyczna: 3289.66 kcal; Białko ogółem: 143.50 g; Tłuszcz: 109.04 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 453.97 g; W tym cukry: 79.62 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sód: 4301.45 mg;	Wartość energetyczna: 2449.42 kcal; Białko ogółem: 83.07 g; Tłuszcz: 92.36 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 357.10 g; W tym cukry: 66.26 g; Błonnik pok.: 43.31 g; Sód: 3577.54 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-09 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Jabłko 150 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 Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Jabłko pieczone 150 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 Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Jabłko 150 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 Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Jabłko 150 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 Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Hummus 30 g (***SEZ,***) Słupki z marchewki 30 g	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)	
	Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Dynia duszona z marchewką * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kopytka ziemniaczane * 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka z pomidorów i koperku 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałatka z pomidorów i koperku (bez skórki) 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Sałatka z pomidorów i koperku 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Sałatka z pomidorów i koperku 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Sałatka z fasoli "Jaś" z olejem 75 g Sałatka z pomidorów i koperku 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Chrupki kukurydziane 25 g Brzoskwinia 150 g	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Chrupki kukurydziane 25 g Banan 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z fasoli "Jaś" z olejem 60 g Sałata zielona 5 g	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Chrupki kukurydziane 25 g Brzoskwinia 150 g	
		Wartość energetyczna: 2344.33 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 365.10 g; W tym cukry: 57.63 g; Błonnik pok.: 37.66 g; Sód: 4167.45 mg;	Wartość energetyczna: 2531.66 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 398.30 g; W tym cukry: 81.32 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sód: 3184.56 mg;	Wartość energetyczna: 2681.57 kcal; Białko ogółem: 111.44 g; Tłuszcz: 91.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.79 g; Węglowodany ogółem: 414.25 g; W tym cukry: 42.23 g; Błonnik pok.: 59.89 g; Sód: 4967.34 mg;	Wartość energetyczna: 2858.23 kcal; Białko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 79.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 417.78 g; W tym cukry: 66.63 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sód: 4337.05 mg;	Wartość energetyczna: 2839.53 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz: 85.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 460.10 g; W tym cukry: 62.74 g; Błonnik pok.: 42.48 g; Sód: 3479.44 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-10 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Paprykarz warzywny 60 g (***SEL,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Paprykarz warzywny 60 g (***SEL,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane 20 g (***GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Paprykarz warzywny 60 g (***SEL,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Paprykarz warzywny 60 g (***SEL,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek Fromage 60 g (***GLU PSZ, MLE,***) Paprykarz warzywny 60 g (***SEL,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i kiełbasą 300 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Pasztet z ciecierzycy* 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasztet z ciecierzycy* 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pasta z tofu i marchewki 60 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Banan 150 g Wafle ryżowe 30 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z ciecierzycy* 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sałata zielona 5 g	Banan 150 g Wafle ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2626.92 kcal; Białko ogółem: 80.65 g; Tłuszcz: 90.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 406.25 g; W tym cukry: 76.23 g; Błonnik pok.: 41.44 g; Sód: 3962.22 mg;	Wartość energetyczna: 2509.75 kcal; Białko ogółem: 91.63 g; Tłuszcz: 71.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 392.44 g; W tym cukry: 70.06 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sód: 3141.12 mg;	Wartość energetyczna: 2606.83 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 92.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 397.04 g; W tym cukry: 40.06 g; Błonnik pok.: 55.21 g; Sód: 3541.55 mg;	Wartość energetyczna: 2844.04 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 84.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 444.25 g; W tym cukry: 80.91 g; Błonnik pok.: 37.14 g; Sód: 4045.89 mg;	Wartość energetyczna: 2719.10 kcal; Białko ogółem: 77.76 g; Tłuszcz: 94.72 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 422.23 g; W tym cukry: 77.49 g; Błonnik pok.: 42.05 g; Sód: 2950.23 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-11 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Dżem 25 g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 75 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 Dżem 25 g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 75 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 Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy * 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor b/skórki 75 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 Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy * 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor b/skórki 75 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 Pasztet z soczewicy * 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 75 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 Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 5 g	Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Dżem 25 g 1 szt	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (***RYB,***) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 180 g Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 180 g Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty młodej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Surówka z kapusty młodej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Słupki z marchewki 30 g Pasta z groszku zielonego b/ml 30 g	Jabłko 150 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ćwikła z jabłkiem b/c 75 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,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 75 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ćwikła z jabłkiem b/c 75 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 75 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 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,***) Hummus 60 g (***SEZ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Arbuz 150 g Chrupki kukurydziane 25 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 30 g (***SEZ,***) Sałata zielona 5 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Arbuz 150 g Chrupki kukurydziane 25 g	
		Wartość energetyczna: 2240.65 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 62.59 g; Kw. tł. nasy.: 15.84 g; Węglowodany ogółem: 349.79 g; W tym cukry: 81.07 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sód: 2919.40 mg;	Wartość energetyczna: 2308.53 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz: 56.91 g; Kw. tł. nasy.: 15.73 g; Węglowodany ogółem: 371.49 g; W tym cukry: 82.64 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sód: 2905.62 mg;	Wartość energetyczna: 2428.84 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 88.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.03 g; Węglowodany ogółem: 361.29 g; W tym cukry: 38.81 g; Błonnik pok.: 52.14 g; Sód: 3625.53 mg;	Wartość energetyczna: 2882.25 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; Tłuszcz: 79.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.63 g; Węglowodany ogółem: 445.17 g; W tym cukry: 102.66 g; Błonnik pok.: 31.15 g; Sód: 3164.82 mg;	Wartość energetyczna: 2898.83 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 106.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.48 g; Węglowodany ogółem: 410.62 g; W tym cukry: 75.44 g; Błonnik pok.: 39.28 g; Sód: 2790.22 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-12 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Papryka świeża 75 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki jęczmienne 20 g (***GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Papryka świeża 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 60 g (***SOJ, SEL,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Papryka świeża 75 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 40 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Papryka świeża 75 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 30 g (***MLE,***) Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Musli domowe 30 g (***GLU OW,***)	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza bulgur 180 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza bulgur 180 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 180 g (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (***SOJ, GOR,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 5 g	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Krakersy 30 g (***GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,***) Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2298.96 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 76.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 332.53 g; W tym cukry: 55.64 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sód: 3399.07 mg;	Wartość energetyczna: 2208.27 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 17.73 g; Węglowodany ogółem: 328.07 g; W tym cukry: 55.08 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sód: 2982.16 mg;	Wartość energetyczna: 2701.12 kcal; Białko ogółem: 119.58 g; Tłuszcz: 98.64 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 383.45 g; W tym cukry: 38.54 g; Błonnik pok.: 52.15 g; Sód: 4335.12 mg;	Wartość energetyczna: 2732.91 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; Tłuszcz: 89.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 386.04 g; W tym cukry: 57.50 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sód: 4184.82 mg;	Wartość energetyczna: 2433.50 kcal; Białko ogółem: 90.08 g; Tłuszcz: 84.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 363.19 g; W tym cukry: 60.32 g; Błonnik pok.: 40.30 g; Sód: 3060.85 mg;

		q KAW- IPiN D01 Podstawowa	q KAW- IPiN D02 Łatwostrawna	KAW- IPiN D03 Z ogr.łatwo.przysw.węglowodanów	q KAW- IPiN D07 Bogatobiałkowa	q KAW- IPiN D01/WE Wegetariańska
2026-09-13 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 20 g (***GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Hummus 60 g (***SEZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 75 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 180 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 180 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw z tofu* 350 g (***SOJ, SEL,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Hummus 30 g (***SEZ,***)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 80 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 60 g (***SOJ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Pomidor 75 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Sałata zielona 5 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2106.36 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 63.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.54 g; Węglowodany ogółem: 312.03 g; W tym cukry: 60.17 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sód: 3491.29 mg;	Wartość energetyczna: 2165.34 kcal; Białko ogółem: 111.94 g; Tłuszcz: 64.50 g; Kw. tł. nasy.: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 304.12 g; W tym cukry: 51.92 g; Błonnik pok.: 20.57 g; Sód: 3389.33 mg;	Wartość energetyczna: 2523.55 kcal; Białko ogółem: 122.75 g; Tłuszcz: 82.23 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 376.46 g; W tym cukry: 32.45 g; Błonnik pok.: 51.58 g; Sód: 4256.37 mg;	Wartość energetyczna: 2465.54 kcal; Białko ogółem: 129.22 g; Tłuszcz: 77.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 348.23 g; W tym cukry: 54.75 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sód: 4313.31 mg;	Wartość energetyczna: 2255.06 kcal; Białko ogółem: 76.42 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 342.97 g; W tym cukry: 82.70 g; Błonnik pok.: 33.12 g; Sód: 2892.20 mg;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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