

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-03-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 500 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kotlet z jaj-pieczony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pieczarkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 500 ml (<u>MLE, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 500 ml (<u>MLE, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 50 g (<u>RYB, MLE</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (<u>RYB, MLE</u>) Warzywa pieczone 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 50 g (<u>RYB, MLE</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>)
	PN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
		Wartość energetyczna: 2526.05 kcal; Białko ogółem: 99.08 g; Tłuszcz: 78.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.25 g; Węglowodany ogółem: 386.01 g; W tym cukry: 50.74 g; Błonnik pok.: 38.30 g; Sód: 3918.47 mg;	Wartość energetyczna: 2455.91 kcal; Białko ogółem: 102.34 g; Tłuszcz: 75.27 g; Kw. tł. nasy.: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 370.31 g; W tym cukry: 57.94 g; Błonnik pok.: 34.66 g; Sód: 3898.07 mg;	Wartość energetyczna: 2696.35 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 44.04 g; Węglowodany ogółem: 421.72 g; W tym cukry: 64.79 g; Błonnik pok.: 54.46 g; Sód: 4863.22 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Kotlet mielony wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki podprawiane -grubo tarte () z cebulką 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grycikowa () 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki podprawiane -grubo tarte () z cebulką 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Salatka z marchwi gotowanej , sałaty lodowej i natki pietruszki* 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta () 200 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta () 200 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta () 200 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 3169.48 kcal; Białko ogółem: 123.92 g; Tłuszcz: 82.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 514.33 g; W tym cukry: 136.20 g; Błonnik pok.: 41.88 g; Sód: 3482.97 mg;	Wartość energetyczna: 2761.68 kcal; Białko ogółem: 107.56 g; Tłuszcz: 54.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; Węglowodany ogółem: 484.17 g; W tym cukry: 151.06 g; Błonnik pok.: 35.83 g; Sód: 3031.90 mg;	Wartość energetyczna: 2727.59 kcal; Białko ogółem: 122.91 g; Tłuszcz: 67.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 462.47 g; W tym cukry: 91.01 g; Błonnik pok.: 61.10 g; Sód: 2699.75 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-04-01 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 300 ml		Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Makaron pełnoziarnisty 230 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wieprzowy z szynki z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 230 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wieprzowy z szynki z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńa duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Makaron pełnoziarnisty 230 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wieprzowy z szynki z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Salatka z marchwi gotowanej , sałaty lodowej i natki pietruszki* 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>)
	PN			Mandarynka 2 szt
		Wartość energetyczna: 2613.87 kcal; Białko ogółem: 102.10 g; Tłuszcz: 69.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 423.34 g; W tym cukry: 99.20 g; Błonnik pok.: 39.36 g; Sód: 3077.14 mg;	Wartość energetyczna: 2888.22 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 72.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 469.70 g; W tym cukry: 129.10 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sód: 3156.45 mg;	Wartość energetyczna: 2706.61 kcal; Białko ogółem: 117.85 g; Tłuszcz: 83.81 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 424.54 g; W tym cukry: 84.40 g; Błonnik pok.: 58.95 g; Sód: 2956.47 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Warzywa pieczone 100 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)
	PN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2519.31 kcal; Białko ogółem: 95.68 g; Tłuszcz: 71.78 g; Kw. tł. nasy.: 36.79 g; Węglowodany ogółem: 398.06 g; W tym cukry: 77.71 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sód: 4182.82 mg;	Wartość energetyczna: 2436.61 kcal; Białko ogółem: 99.40 g; Tłuszcz: 67.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 376.61 g; W tym cukry: 68.95 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sód: 3229.69 mg;	Wartość energetyczna: 2447.95 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 74.06 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 390.99 g; W tym cukry: 60.62 g; Błonnik pok.: 46.77 g; Sód: 3439.07 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-04-03 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II śN		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Siedz w śmietanie 150 g (<u>JAJ, RYB, MLE, GOR,</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2704.02 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 88.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.14 g; Węglowodany ogółem: 407.46 g; W tym cukry: 91.58 g; Błonnik pok.: 33.10 g; Sód: 4290.37 mg;	Wartość energetyczna: 2588.00 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Tłuszcz: 54.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; Węglowodany ogółem: 438.37 g; W tym cukry: 111.52 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sód: 3010.64 mg;	Wartość energetyczna: 2724.83 kcal; Białko ogółem: 130.32 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 451.03 g; W tym cukry: 69.04 g; Błonnik pok.: 56.81 g; Sód: 3335.99 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka z pomidora b/skórki i sałaty lodowej. 100 g Kakao z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidora b/skórki i sałaty lodowej. 100 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidora b/skórki i sałaty lodowej. 100 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)
	II ŚN		Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 500 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 500 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 500 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 50 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN			Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
		Wartość energetyczna: 2322.18 kcal; Białko ogółem: 73.57 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 378.87 g; W tym cukry: 57.52 g; Błonnik pok.: 38.05 g; Sód: 3823.06 mg;	Wartość energetyczna: 2237.59 kcal; Białko ogółem: 72.63 g; Tłuszcz: 61.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 373.74 g; W tym cukry: 58.86 g; Błonnik pok.: 36.47 g; Sód: 2877.93 mg;	Wartość energetyczna: 2572.84 kcal; Białko ogółem: 94.33 g; Tłuszcz: 80.07 g; Kw. tł. nasy.: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 422.61 g; W tym cukry: 48.36 g; Błonnik pok.: 54.03 g; Sód: 3863.11 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	Żurek z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Majonez 10 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kiełbasa biała z indyka-drobiowa średnio rozdrobniona, parzona w osłonce jadalnej wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Cwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE, S02.</u>) Sernik 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Kiełbasa Krakowska indyczo-wieprz.gr.rozdr.wędz.parz.susz, w osłon niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Cwikła z jabłkiem () 100 g Babka cytrynowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Żurek z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Kiełbasa Krakowska indyczo-wieprz.gr.rozdr.wędz.parz.susz, w osłon niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Cwikła z chrzanem b/c () 100 g (<u>MLE, S02.</u>) Ciasto drożdżowe b/c 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Kapusta zasmażana () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ogonówka wiej.łop.wiepr.wędz.parz.z.dod.wod.biał.wieprzo wego 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ.</u>) Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ogonówka wiej.łop.wiepr.wędz.parz.z.dod.wod.biał.wieprzo wego 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogonówka wiej.łop.wiepr.wędz.parz.z.dod.wod.biał.wieprzo wego 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 3286.26 kcal; Białko ogółem: 132.21 g; Tłuszcz: 111.13 g; Kw. tł. nasy.: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 472.01 g; W tym cukry: 54.92 g; Błonnik pok.: 41.13 g; Sód: 4541.84 mg;	Wartość energetyczna: 2636.41 kcal; Białko ogółem: 114.39 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 392.77 g; W tym cukry: 42.73 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sód: 3628.54 mg;	Wartość energetyczna: 3107.97 kcal; Białko ogółem: 127.49 g; Tłuszcz: 73.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 489.17 g; W tym cukry: 65.42 g; Błonnik pok.: 59.09 g; Sód: 4175.54 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Kiełbasa biała z cebulką 70 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Makowiec 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Ciasto drożdżowe 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Ciasto drożdżowe b/c 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 500 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 500 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane () 230 g Marchew gotowana z olejem () 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 500 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u> ,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u> ,) Polędwica.gazdy.schab.wp.parz.z.dod.biał.wp.z. dod.wody 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> ,) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u> ,) Polędwica.gazdy.schab.wp.parz.z.dod.biał.wp.z. dod.wody 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> ,) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u> ,) Polędwica.gazdy.schab.wp.parz.z.dod.biał.wp.z. dod.wody 50 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> ,) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	P.N			Pieczyno chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
		Wartość energetyczna: 3132.52 kcal; Białko ogółem: 135.97 g; Tłuszcz: 128.29 g; Kw. tł. nasy.: 48.32 g; Węglowodany ogółem: 387.14 g; W tym cukry: 52.96 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sód: 4238.63 mg;	Wartość energetyczna: 3055.24 kcal; Białko ogółem: 136.12 g; Tłuszcz: 85.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 413.29 g; W tym cukry: 77.67 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sód: 3559.78 mg;	Wartość energetyczna: 3137.06 kcal; Białko ogółem: 148.79 g; Tłuszcz: 104.51 g; Kw. tł. nasy.: 45.00 g; Węglowodany ogółem: 400.74 g; W tym cukry: 51.21 g; Błonnik pok.: 41.32 g; Sód: 3921.72 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajecznicza na parze 100 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 30 g
	II ŚN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 230 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 230 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 230 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR.</u>) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztecik Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt
		Wartość energetyczna: 2501.34 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kw. tł. nasy.: 32.74 g; Węglowodany ogółem: 404.29 g; W tym cukry: 55.10 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sód: 3619.77 mg;	Wartość energetyczna: 2337.57 kcal; Białko ogółem: 78.80 g; Tłuszcz: 53.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 407.98 g; W tym cukry: 62.41 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sód: 4221.21 mg;	Wartość energetyczna: 2441.10 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 62.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 436.33 g; W tym cukry: 66.04 g; Błonnik pok.: 58.88 g; Sód: 5085.09 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-04-08 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 300 ml		Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku czekoladowym b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos myśliwski 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 150 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	PN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
		Wartość energetyczna: 2966.98 kcal; Białko ogółem: 107.72 g; Tłuszcz: 86.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 469.06 g; W tym cukry: 112.75 g; Błonnik pok.: 41.68 g; Sód: 4210.78 mg;	Wartość energetyczna: 2949.80 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 33.29 g; Węglowodany ogółem: 484.66 g; W tym cukry: 122.05 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sód: 3472.00 mg;	Wartość energetyczna: 2834.13 kcal; Białko ogółem: 125.98 g; Tłuszcz: 81.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.91 g; Węglowodany ogółem: 450.41 g; W tym cukry: 88.27 g; Błonnik pok.: 53.14 g; Sód: 4685.79 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Marchew pieczona w słupki () 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>)
	II ŚN		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Warzywa pieczone 100 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 400 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Paszтет z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>)	Paszтет z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica.gazdy.schab.wp.parz.z.dod.biał.wp.z.dod.wody 30 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2679.30 kcal; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 87.06 g; Kw. tł. nasy.: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 395.59 g; W tym cukry: 66.70 g; Błonnik pok.: 33.70 g; Sód: 3345.59 mg;	Wartość energetyczna: 2573.61 kcal; Białko ogółem: 112.99 g; Tłuszcz: 71.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 389.54 g; W tym cukry: 70.37 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sód: 3614.77 mg;	Wartość energetyczna: 2915.02 kcal; Białko ogółem: 128.32 g; Tłuszcz: 109.65 g; Kw. tł. nasy.: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 408.66 g; W tym cukry: 43.56 g; Błonnik pok.: 53.74 g; Sód: 3296.71 mg;

CIB- D01 Podstawowa		CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Ryba smażona (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszanej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ogonówka wiel.lop.wiepr.wędz.parz.z.dod.wod.biał.wieprzo wego 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>)
PN			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2608.29 kcal; Białko ogółem: 99.32 g; Tłuszcz: 78.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 399.14 g; W tym cukry: 68.28 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sód: 4085.97 mg;	Wartość energetyczna: 2697.80 kcal; Białko ogółem: 123.48 g; Tłuszcz: 79.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.18 g; Węglowodany ogółem: 421.77 g; W tym cukry: 70.70 g; Błonnik pok.: 48.59 g; Sód: 3967.34 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kakao z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 230 g Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Koperkowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 230 g Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki wiedeńskie wieprz.homogeni.wędz.parzone 70 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL., GOR.</u>) Musztarda 10 g (<u>GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica.gazdy.schab.wp.parz.z.dod.biał.wp.z.dod.wody 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica.gazdy.schab.wp.parz.z.dod.biał.wp.z.dod.wody 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)
	PN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g
		Wartość energetyczna: 2715.69 kcal; Białko ogółem: 104.16 g; Tłuszcz: 89.58 g; Kw. tł. nasy.: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 398.38 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sód: 2998.32 mg;	Wartość energetyczna: 2472.42 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 55.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 418.39 g; W tym cukry: 98.69 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sód: 2569.12 mg;	Wartość energetyczna: 2898.27 kcal; Białko ogółem: 126.96 g; Tłuszcz: 89.53 g; Kw. tł. nasy.: 44.82 g; Węglowodany ogółem: 446.18 g; W tym cukry: 85.65 g; Błonnik pok.: 55.35 g; Sód: 3073.54 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Pomarańcza 1 szt. 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Schab gotowany 120 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 120 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>)
	P.N			Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2500.21 kcal; Białko ogółem: 103.36 g; Tłuszcz: 72.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 383.59 g; W tym cukry: 73.85 g; Błonnik pok.: 31.28 g; Sód: 3265.45 mg;	Wartość energetyczna: 2359.19 kcal; Białko ogółem: 118.16 g; Tłuszcz: 55.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 366.92 g; W tym cukry: 75.63 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sód: 4164.06 mg;	Wartość energetyczna: 2588.56 kcal; Białko ogółem: 121.44 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 411.65 g; W tym cukry: 83.66 g; Błonnik pok.: 48.24 g; Sód: 3082.22 mg;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
Ener z B. - % energii z białka,
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,
Ener z W. - % energii z węglowodanów,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,