

	CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Vegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)	
2026-07-20 poniedziałek	Śniadanie	Platki 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 Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany 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 Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki 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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki 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 75 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki 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>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki 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 Sałata 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>) Sałata zielona 5 g	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata 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 młode gotowane () 230 g Surówka z seleria i jabłka z olejem () 150 g (<u>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 młode gotowane () 230 g Surówka z seleria i jabłka z olejem () 150 g (<u>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 młode gotowane () 230 g Surówka z seleria i jabłka z olejem b/c () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 500 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Surówka z seleria i jabłka z olejem () 150 g (<u>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 młode gotowane () 230 g Surówka z seleria i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Bulion warzywny z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Surówka z seleria i jabłka z olejem () 150 g (<u>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 młode gotowane () 230 g Surówka z seleria i jabłka z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)		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>) Paszтет ryбно- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</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>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Warzywa pieczone 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 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>) Paszтет ryбно- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</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>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Dżem 50 g Warzywa pieczone (bez oleju) 100 g Herbata czarna granulowana b/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>) Dżem 50 g Warzywa pieczone 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Paszтет ryбно- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ,</u>		

	CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Wegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)
2026-07-21 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Maślanka 150 ml (MLE)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN		Brzoskwinia 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Brzoskwinia 1 szt 1 szt		Brzoskwinia 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Kotlet mielony wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Salata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grycikowa () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grycikowa () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 200 g (GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Salatka z marchwi gotowanej , salaty lodowej i natki pietruszki* 150 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Szyunka Jana szynka wieprzowa wędzona, parzona 50 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka Jana szynka wieprzowa wędzona, parzona 60 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyunka Jana szynka wieprzowa wędzona, parzona 60 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szyunka Jana szynka wieprzowa wędzona, parzona 60 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Szyunka Jana szynka wieprzowa wędzona, parzona 50 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Szyunka Jana szynka wieprzowa wędzona, parzona 50 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)
PN			Brzoskwinia 1 szt 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2892.89 kcal; Białko ogółem: 126.94 g; Tłuszcz: 104.53 g; Kw. tł. nasy.: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 387.26 g; W tym cukry: 46.52 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sód: 4096.36 mg;	Wartość energetyczna: 2316.36 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; Tłuszcz: 64.18 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 346.38 g; W tym cukry: 51.01 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sód: 3322.03 mg;	Wartość energetyczna: 2625.57 kcal; Białko ogółem: 128.19 g; Tłuszcz: 80.32 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 396.26 g; W tym cukry: 61.34 g; Błonnik pok.: 50.84 g; Sód: 3066.13 mg;	Wartość energetyczna: 2196.58 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz: 51.43 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 345.96 g; W tym cukry: 50.61 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sód: 3343.05 mg;	Wartość energetyczna: 2488.60 kcal; Białko ogółem: 122.55 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nasy.: 31.86 g; Węglowodany ogółem: 364.18 g; W tym cukry: 64.36 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sód: 3421.25 mg;	Wartość energetyczna: 2549.83 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 81.63 g; Kw. tł. nasy.: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 383.47 g; W tym cukry: 54.53 g; Błonnik pok.: 34.13 g; Sód: 2898.42 mg;	Wartość energetyczna: 2674.83 kcal; Białko ogółem: 123.72 g; Tłuszcz: 84.53 g; Kw. tł. nasy.: 40.07 g; Węglowodany ogółem: 380.69 g; W tym cukry: 54.21 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sód: 3578.47 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Vegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)
2026-07-22 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 15 g (<u>MLE.</u>) 50 g 1 szt	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>) 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 b/c 300 ml	400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 10 g 50 g 100 g 300 ml	400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 10 g 50 g 100 g 300 ml 150 ml (<u>MLE.</u>)	400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 10 g 50 g 100 g 300 ml	400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 10 g 50 g 100 g 300 ml
	II SN		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)			Budyń o smaku waniliowym b/c 150 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>) Mizeria 150 g (<u>MLE.</u>) 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>) Dynia 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>) Mizeria 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/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>) Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 230 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wieprzowy z szynki z warzywami* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia 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 z warzywami*- dieta BM 350 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</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>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Salatka z marchwi gotowanej, salaty lodowej i natki pietruszki* 150 g		Jogurt naturalny 150g 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>) Dżem 50 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 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>) Dżem 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Dżem 50 g Pomidor b/skórki 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 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>) Dżem 50 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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>) Dżem 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</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>) Dżem 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2553.95 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 416.02 g; W tym cukry: 101.26 g; Błonnik pok.: 36.62 g; Sód: 3029.74 mg;	Wartość energetyczna: 2853.87 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw. tł. nasy.: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 464.94 g; W tym cukry: 130.80 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sód: 3096.15 mg;	Wartość energetyczna: 2680.10 kcal; Białko ogółem: 113.22 g; Tłuszcz: 81.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.94 g; Węglowodany ogółem: 424.62 g; W tym cukry: 86.62 g; Błonnik pok.: 54.96 g; Sód: 2934.29 mg;	Wartość energetyczna: 2608.09 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 56.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 442.22 g; W tym cukry: 118.81 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sód: 3272.00 mg;	Wartość energetyczna: 2955.41 kcal; Białko ogółem: 124.05 g; Tłuszcz: 76.09 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 463.72 g; W tym cukry: 123.44 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sód: 3279.51 mg;	Wartość energetyczna: 2274.34 kcal; Białko ogółem: 77.57 g; Tłuszcz: 53.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; Węglowodany ogółem: 397.68 g; W tym cukry: 103.38 g; Błonnik pok.: 29.92 g; Sód: 2305.48 mg;	Wartość energetyczna: 2740.62 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 72.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.00 g; Węglowodany ogółem: 444.54 g; W tym cukry: 118.25 g; Błonnik pok.: 37.61 g; Sód: 3051.57 mg;

	CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Vegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)	
2026-07-23 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% 15g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 100g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, 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% 15g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa na mleku 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>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, 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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Marchew pieczona w słupki () 70 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, 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>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
	II SN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		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 młode gotowane () 230 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Nektarynka 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>) Nektarynka 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/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	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>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>)	Barszcz biały z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto vegetariańskie* 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>)	Barszcz biały z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		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 Salata 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 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 Salata zielona 30 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>) 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 Salata 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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Salata 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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Salata 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 mieszany pszenno-żytni 80 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 Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Salata 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			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				
		Wartość energetyczna: 2394.22 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 73.61 g; Kw. tł. nasy.: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 358.86 g; W tym cukry: 65.68 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sód: 3531.56 mg;	Wartość energetyczna: 2447.92 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 69.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 371.19 g; W tym cukry: 64.94 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sód: 3274.22 mg;	Wartość energetyczna: 2455.71 kcal; Białko ogółem: 102.99 g; Tłuszcz: 76.17 g; Kw. tł. nasy.: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 384.06 g; W tym cukry: 58.34 g; Błonnik pok.: 43.51 g; Sód: 2796.42 mg;	Wartość energetyczna: 2354.85 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 58.54 g; Kw. tł. nasy.: 17.11 g; Węglowodany ogółem: 374.94 g; W tym cukry: 66.47 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sód: 3387.29 mg;	Wartość energetyczna: 2641.53 kcal; Białko ogółem: 115.07 g; Tłuszcz: 74.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 400.05 g; W tym cukry: 74.73 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sód: 3293.43 mg;	Wartość energetyczna: 2319.52 kcal; Białko ogółem: 81.93 g; Tłuszcz: 71.00 g; Kw. tł. nasy.: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 363.64 g; W tym cukry: 74.73 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sód: 2819.79 mg;	Wartość energetyczna: 2303.37 kcal; Białko ogółem: 93.22 g; Tłuszcz: 83.53 g; Kw. tł. nasy.: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; W tym cukry: 66.16 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sód: 3350.81 mg;

	CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Vegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)	
2026-07-24 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>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/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>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/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>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/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>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	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>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sledź w śmietanie 150 g (<u>JAJ, RYB, MLE, GOR,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szcypinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode 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	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szcypinak gotowany * 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/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>)		Chleb mieszany pszenno-żytni 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>)		
	Kolejca	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt brzoskwinowy 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 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 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt brzoskwinowy 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 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 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<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: 2551.44 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 89.38 g; Kw. tł. nasy.: 38.65 g; Węglowodany ogółem: 373.00 g; W tym cukry: 101.86 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sód: 4278.13 mg;	Wartość energetyczna: 2352.75 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; Tłuszcz: 55.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 383.89 g; W tym cukry: 101.90 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sód: 2977.67 mg;	Wartość energetyczna: 2620.65 kcal; Białko ogółem: 125.04 g; Tłuszcz: 69.30 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 428.07 g; W tym cukry: 81.86 g; Błonnik pok.: 50.83 g; Sód: 3348.27 mg;	Wartość energetyczna: 2159.49 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 35.35 g; Kw. tł. nasy.: 13.26 g; Węglowodany ogółem: 378.49 g; W tym cukry: 93.43 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sód: 3325.05 mg;	Wartość energetyczna: 2772.78 kcal; Białko ogółem: 110.96 g; Tłuszcz: 76.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.91 g; Węglowodany ogółem: 430.71 g; W tym cukry: 116.95 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sód: 3987.61 mg;	Wartość energetyczna: 2349.87 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 70.82 g; Kw. tł. nasy.: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 352.67 g; W tym cukry: 75.07 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sód: 3152.04 mg;	Wartość energetyczna: 2517.37 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 76.32 g; Kw. tł. nasy.: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 378.92 g; W tym cukry: 104.02 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sód: 3309.04 mg;	

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Vegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)
2026-07-25 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Parówki wiedeńskie wieprz.homogeni.wędz.parzone 70 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ., MLE, SEL, GOR.) Ketchup 10 g (SEL.) Salatka z pomidora b/skórki i sałaty lodowej. 100 g Kakao na mleku z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salatka z pomidora b/skórki i sałaty lodowej. 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salatka z pomidora b/skórki i sałaty lodowej. 100 g Kakao na mleku b/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salatka z pomidora b/skórki i sałaty lodowej. 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 75 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salatka z pomidora b/skórki i sałaty lodowej. 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Maślanka 150 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Hummus 50 g (SEZ.) Salatka z pomidora b/skórki i sałaty lodowej. 100 g Kakao na mleku z/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Salatka z pomidora b/skórki i sałaty lodowej. 100 g Kakao na mleku z/c 250 ml (MLE.)
	II SN		Maślanka 150 ml (MLE.)				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Maślanka 150 ml (MLE.)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 500 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 500 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka (gotowanego) z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 500 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Pierogi z serem* 200 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g	Grochowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy 200 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Salata zielona 5 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Salata zielona 5 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	PN			Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g				
		Wartość energetyczna: 2943.11 kcal; Białko ogółem: 115.72 g; Tłuszcz: 92.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 439.68 g; W tym cukry: 105.01 g; Błonnik pok.: 41.47 g; Sód: 2920.33 mg;	Wartość energetyczna: 2477.26 kcal; Białko ogółem: 105.46 g; Tłuszcz: 60.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.01 g; Węglowodany ogółem: 401.67 g; W tym cukry: 90.72 g; Błonnik pok.: 36.26 g; Sód: 3362.98 mg;	Wartość energetyczna: 2891.97 kcal; Białko ogółem: 136.44 g; Tłuszcz: 79.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 464.00 g; W tym cukry: 73.64 g; Błonnik pok.: 59.01 g; Sód: 3439.25 mg;	Wartość energetyczna: 2360.06 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 57.37 g; Kw. tł. nasy.: 12.78 g; Węglowodany ogółem: 381.69 g; W tym cukry: 61.57 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sód: 3375.68 mg;	Wartość energetyczna: 2864.44 kcal; Białko ogółem: 128.42 g; Tłuszcz: 71.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 453.19 g; W tym cukry: 98.55 g; Błonnik pok.: 38.86 g; Sód: 4098.95 mg;	Wartość energetyczna: 2623.40 kcal; Białko ogółem: 84.17 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 437.06 g; W tym cukry: 104.30 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sód: 2824.26 mg;	Wartość energetyczna: 2808.63 kcal; Białko ogółem: 124.11 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 446.08 g; W tym cukry: 111.83 g; Błonnik pok.: 41.46 g; Sód: 3512.99 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Vegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)
2026-07-26 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 150 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II SN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Nektarynka 1 szt 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)			Nektarynka 1 szt 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki młode gotowane () 230 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki młode gotowane () 230 g Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki młode gotowane () 230 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki młode gotowane () 230 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Bulion warzywny z makaronem () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki młode gotowane () 230 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		
	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ogonówka wiel.łop.wiepr.wędz.parz.z.dod.wod.biał.w ieprzowego 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ.) Sałata zielona 30 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ogonówka wiel.łop.wiepr.wędz.parz.z.dod.wod.biał.w ieprzowego 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ.) Sałata zielona 30 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ogonówka wiel.łop.wiepr.wędz.parz.z.dod.wod.biał.w ieprzowego 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ.) Sałata zielona 30 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Ogonówka wiel.łop.wiepr.wędz.parz.z.dod.wod.biał.w ieprzowego 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ogonówka wiel.łop.wiepr.wędz.parz.z.dod.wod.biał.w ieprzowego 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ciecierzycy z warzywami () 50 g (SEL.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ogonówka wiel.łop.wiepr.wędz.parz.z.dod.wod.biał.w ieprzowego 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.)
PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)					
		Wartość energetyczna: 2730.06 kcal; Białko ogółem: 136.99 g; Tłuszcz: 101.01 g; Kw. tł. nasy.: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 339.50 g; W tym cukry: 83.30 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sód: 2928.41 mg;	Wartość energetyczna: 2895.89 kcal; Białko ogółem: 144.86 g; Tłuszcz: 94.10 g; Kw. tł. nasy.: 40.70 g; Węglowodany ogółem: 386.57 g; W tym cukry: 118.13 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sód: 3166.31 mg;	Wartość energetyczna: 3039.26 kcal; Białko ogółem: 153.13 g; Tłuszcz: 109.81 g; Kw. tł. nasy.: 43.86 g; Węglowodany ogółem: 380.49 g; W tym cukry: 59.87 g; Błonnik pok.: 46.27 g; Sód: 3022.41 mg;	Wartość energetyczna: 2777.49 kcal; Białko ogółem: 144.65 g; Tłuszcz: 81.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 386.47 g; W tym cukry: 117.95 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sód: 3187.91 mg;	Wartość energetyczna: 3208.21 kcal; Białko ogółem: 164.18 g; Tłuszcz: 110.63 g; Kw. tł. nasy.: 44.52 g; Węglowodany ogółem: 380.13 g; W tym cukry: 96.76 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sód: 3287.80 mg;	Wartość energetyczna: 2268.24 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 58.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 370.41 g; W tym cukry: 84.46 g; Błonnik pok.: 38.30 g; Sód: 2587.91 mg;	Wartość energetyczna: 2790.06 kcal; Białko ogółem: 138.07 g; Tłuszcz: 101.25 g; Kw. tł. nasy.: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 353.66 g; W tym cukry: 94.10 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sód: 2929.61 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Vegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)
2026-07-27 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajecznicza na parze 100 g (JAJ, MLE) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor b/skórki 70 g Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g
	II SN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt					Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 230 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 230 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 230 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 80 g (MLE) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 230 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Barszcz ukraiński z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 230 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Sałata zielona 5 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR) Sałata zielona 5 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet Jana,wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.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 (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.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 (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kieł.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 (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 75 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.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 (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser zółty 50 g (MLE) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.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 (MLE)
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2506.94 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 71.22 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; Węglowodany ogółem: 402.82 g; W tym cukry: 71.34 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sód: 3135.63 mg;	Wartość energetyczna: 2337.57 kcal; Białko ogółem: 78.80 g; Tłuszcz: 53.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 404.94 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sód: 4218.17 mg;	Wartość energetyczna: 2446.70 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 62.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 434.86 g; W tym cukry: 82.28 g; Błonnik pok.: 59.03 g; Sód: 4600.95 mg;	Wartość energetyczna: 2343.49 kcal; Białko ogółem: 89.56 g; Tłuszcz: 49.30 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; Węglowodany ogółem: 406.08 g; W tym cukry: 77.44 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sód: 4417.28 mg;	Wartość energetyczna: 2802.40 kcal; Białko ogółem: 103.55 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 472.35 g; W tym cukry: 102.25 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sód: 4889.10 mg;	Wartość energetyczna: 2506.99 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 69.15 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 407.62 g; W tym cukry: 77.04 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sód: 3071.95 mg;	Wartość energetyczna: 2493.89 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 57.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 433.27 g; W tym cukry: 95.74 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sód: 3436.76 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Vegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)
2026-07-28 wtorek	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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 15 g (<u>MLE</u>) 50 g (<u>MLE</u>) 1 szt 1 szt 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	II SN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)					Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet drobiowy panierowany 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki młode gotowane (-) 230 g Surówka wielowarzynna z olejem (-) 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta (-) 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki młode gotowane (-) 230 g Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem (-) 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki młode gotowane (-) 230 g Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem b/c (-) 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta (-) 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane (-) 230 g Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana (-) 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta (-) 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane (-) 230 g Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos pietruszkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem (-) 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi ukraińskie (-) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka wielowarzynna z olejem (-) 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane (-) 230 g Kotlet drobiowy panierowany 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem (-) 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c (-) 150 g		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
	Kolejka	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 tofu, brokuła i szpinaku 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/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 tofu, brokuła i szpinaku 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/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 tofu, brokuła i szpinaku 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/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 tofu, brokuła i szpinaku 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</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>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 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>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g				
		Wartość energetyczna: 2473.74 kcal; Białko ogółem: 104.31 g; Tłuszcz: 78.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 360.57 g; W tym cukry: 59.19 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sód: 3493.47 mg;	Wartość energetyczna: 2375.46 kcal; Białko ogółem: 118.54 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 351.68 g; W tym cukry: 63.70 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sód: 3544.00 mg;	Wartość energetyczna: 2612.26 kcal; Białko ogółem: 132.24 g; Tłuszcz: 81.71 g; Kw. tł. nasy.: 36.24 g; Węglowodany ogółem: 391.69 g; W tym cukry: 69.11 g; Błonnik pok.: 54.99 g; Sód: 3881.58 mg;	Wartość energetyczna: 2241.56 kcal; Białko ogółem: 117.93 g; Tłuszcz: 47.00 g; Kw. tł. nasy.: 14.06 g; Węglowodany ogółem: 357.83 g; W tym cukry: 70.37 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sód: 3565.60 mg;	Wartość energetyczna: 2588.46 kcal; Białko ogółem: 129.04 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 379.43 g; W tym cukry: 92.65 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sód: 3709.00 mg;	Wartość energetyczna: 2768.91 kcal; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 96.07 g; Kw. tł. nasy.: 37.88 g; Węglowodany ogółem: 403.71 g; W tym cukry: 61.25 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sód: 3312.48 mg;	Wartość energetyczna: 2596.74 kcal; Białko ogółem: 108.51 g; Tłuszcz: 82.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 379.02 g; W tym cukry: 81.84 g; Błonnik pok.: 32.16 g; Sód: 3563.97 mg;

	CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Vegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)
Śniadanie	Platki 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>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki 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>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki 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>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki 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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Jabiko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki 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>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)	Platki 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>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki 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>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)
II SN		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku czekoladowym b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)			Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 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 z olejem () 150 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zieminiaczana () 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	Zieminiaczana () 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 z olejem b/c () 150 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zieminiaczana () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (<u>GLU JECZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zieminiaczana () 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	Zieminiaczana () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto vegetariańskie z tofu * 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zieminiaczana () 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>) Surówka z marchwi i chrzanu z olejem () 150 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD			Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 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>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Dżem 50 g Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml 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>) Dżem 50 g Pomidor 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>)	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>) 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>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Dżem 50 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 30 g 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>) Dżem 50 g Pomidor 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>)	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>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml 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>) Dżem 50 g Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
PN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2929.22 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 86.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 459.25 g; W tym cukry: 104.18 g; Błonnik pok.: 40.73 g; Sód: 4086.32 mg;	Wartość energetyczna: 2884.54 kcal; Białko ogółem: 113.70 g; Tłuszcz: 74.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.76 g; Węglowodany ogółem: 461.65 g; W tym cukry: 109.60 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sód: 3832.56 mg;	Wartość energetyczna: 2891.65 kcal; Białko ogółem: 126.76 g; Tłuszcz: 83.85 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 457.14 g; W tym cukry: 97.47 g; Błonnik pok.: 51.31 g; Sód: 4684.28 mg;	Wartość energetyczna: 2732.57 kcal; Białko ogółem: 112.27 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 454.37 g; W tym cukry: 101.08 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sód: 3853.92 mg;	Wartość energetyczna: 2978.04 kcal; Białko ogółem: 120.25 g; Tłuszcz: 75.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 475.10 g; W tym cukry: 122.65 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sód: 4722.56 mg;	Wartość energetyczna: 2609.42 kcal; Białko ogółem: 84.11 g; Tłuszcz: 74.18 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 431.74 g; W tym cukry: 94.95 g; Błonnik pok.: 43.95 g; Sód: 3043.17 mg;	Wartość energetyczna: 3085.77 kcal; Białko ogółem: 114.10 g; Tłuszcz: 77.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 507.14 g; W tym cukry: 114.91 g; Błonnik pok.: 36.31 g; Sód: 4095.36 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Vegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)
2026-07-30 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Marchew pieczona w słupki () 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Ogórek świeży 70 g Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Marchew pieczona w słupki () (bez oleju) 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 75 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Marchew pieczona w słupki () 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszlet z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.)
	II SN		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)	Warzywa pieczone 100 g	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)			Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 400 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 400 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 400 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami* dieta BM 350 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		
	Kolejca	Paszlet z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.)	Paszlet z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 75 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.)	Paszlet z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica, gazdy, schab, wp. parz. z dod. bi al. wp. z dod. wody 30 g (SOJ, GOR.) Sałata zielona 5 g				
		Wartość energetyczna: 2696.22 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Tłuszcz: 89.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 391.75 g; W tym cukry: 64.19 g; Błonnik pok.: 33.85 g; Sód: 2909.02 mg;	Wartość energetyczna: 2584.93 kcal; Białko ogółem: 116.37 g; Tłuszcz: 73.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.71 g; Węglowodany ogółem: 384.13 g; W tym cukry: 66.36 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sód: 3659.30 mg;	Wartość energetyczna: 2978.76 kcal; Białko ogółem: 132.09 g; Tłuszcz: 111.96 g; Kw. tł. nasy.: 36.71 g; Węglowodany ogółem: 415.58 g; W tym cukry: 51.81 g; Błonnik pok.: 53.89 g; Sód: 2865.53 mg;	Wartość energetyczna: 2451.42 kcal; Białko ogółem: 116.14 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.79 g; Węglowodany ogółem: 383.89 g; W tym cukry: 66.09 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sód: 3680.66 mg;	Wartość energetyczna: 2843.29 kcal; Białko ogółem: 145.74 g; Tłuszcz: 84.41 g; Kw. tł. nasy.: 33.54 g; Węglowodany ogółem: 398.52 g; W tym cukry: 74.56 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sód: 4156.90 mg;	Wartość energetyczna: 2254.79 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 59.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 373.37 g; W tym cukry: 64.16 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sód: 2504.19 mg;	Wartość energetyczna: 2710.21 kcal; Białko ogółem: 117.31 g; Tłuszcz: 83.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 395.76 g; W tym cukry: 65.38 g; Błonnik pok.: 29.85 g; Sód: 3017.49 mg;

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Vegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)
2026-07-31 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 b/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	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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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 75 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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>MLE.</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 SN		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)			Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Ryba smażona (Dorsz) 120 g (<u>RYB, PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki młode 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	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany bez oleju () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki młode 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	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Kotlet z ciecior i pieczarek 100 g Surówka z kapusty młodej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Ryba smażona (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 150 g 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.łop.wiepr.wędz.parz.z.dod.wod.biał.w ięprzowego 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ.</u>)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ogonówka wieprzowa,wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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>) Ogórek świeży 70 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Polędwica Jana schab wieprzowy, wędzony, parzony 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Polędwica Jana schab wieprzowy, wędzony, parzony 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Polędwica Jana schab wieprzowy, wędzony, parzony 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Polędwica Jana schab wieprzowy, wędzony, parzony 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Polędwica Jana schab wieprzowy, wędzony, parzony 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Polędwica Jana schab wieprzowy, wędzony, parzony 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</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>) Ogórek świeży 70 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 70 g Salata zielona 30 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Polędwica Jana schab wieprzowy, wędzony, parzony 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)
	PN			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				
		Wartość energetyczna: 2512.37 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 79.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 370.99 g; W tym cukry: 63.47 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sód: 3264.26 mg;	Wartość energetyczna: 2429.18 kcal; Białko ogółem: 104.35 g; Tłuszcz: 63.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 380.24 g; W tym cukry: 82.22 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sód: 3690.56 mg;	Wartość energetyczna: 2559.92 kcal; Białko ogółem: 125.54 g; Tłuszcz: 80.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 383.18 g; W tym cukry: 59.08 g; Błonnik pok.: 48.22 g; Sód: 3124.40 mg;	Wartość energetyczna: 2370.59 kcal; Białko ogółem: 110.39 g; Tłuszcz: 46.59 g; Kw. tł. nasy.: 14.19 g; Węglowodany ogółem: 399.01 g; W tym cukry: 100.54 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sód: 4108.56 mg;	Wartość energetyczna: 2724.31 kcal; Białko ogółem: 116.32 g; Tłuszcz: 71.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 429.48 g; W tym cukry: 99.02 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sód: 4300.13 mg;	Wartość energetyczna: 2479.51 kcal; Białko ogółem: 80.72 g; Tłuszcz: 76.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 397.43 g; W tym cukry: 85.84 g; Błonnik pok.: 36.37 g; Sód: 2701.45 mg;	Wartość energetyczna: 2607.17 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 79.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 390.99 g; W tym cukry: 82.83 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sód: 3337.86 mg;

	CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Vegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)
2026-08-01 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Kakao na mleku z/c 300 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 70 g (MLE) Salata zielona 30 g Kakao na mleku b/c 300 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 50 g Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE) Marchew oprószana z olejem () 70 g (GLU PSZ) Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo z natką pietruszki 100 g (MLE) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Kakao na mleku z/c 300 ml (MLE)
	II SN		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 230 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 230 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 230 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 230 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 230 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 230 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 5 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 5 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówki wiedeńskie wieprz.homogeni.wędz.parzone 70 g (MLE, SEL, GOR) Musztarda 10 g (GOR) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Poledwica.gazdy.schab.wp.parz.z.dod.bi ał.wp.z.dod.wody 60 g (SOJ, GOR) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Poledwica.gazdy.schab.wp.parz.z.dod.bi ał.wp.z.dod.wody 60 g (SOJ, GOR) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Poledwica.gazdy.schab.wp.parz.z.dod.bi ał.wp.z.dod.wody 60 g (SOJ, GOR) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Poledwica.gazdy.schab.wp.parz.z.dod.bi ał.wp.z.dod.wody 60 g (SOJ, GOR) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)
	PN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g				
		Wartość energetyczna: 2757.47 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; Tłuszcz: 92.04 g; Kw. tł. nasy.: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 406.46 g; W tym cukry: 103.32 g; Błonnik pok.: 32.15 g; Sód: 3081.59 mg;	Wartość energetyczna: 2449.01 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 57.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 413.95 g; W tym cukry: 100.56 g; Błonnik pok.: 29.93 g; Sód: 2631.17 mg;	Wartość energetyczna: 2947.75 kcal; Białko ogółem: 125.70 g; Tłuszcz: 91.24 g; Kw. tł. nasy.: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 455.74 g; W tym cukry: 93.86 g; Błonnik pok.: 55.35 g; Sód: 3180.92 mg;	Wartość energetyczna: 2367.77 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 46.74 g; Kw. tł. nasy.: 13.38 g; Węglowodany ogółem: 418.98 g; W tym cukry: 102.10 g; Błonnik pok.: 31.84 g; Sód: 2737.06 mg;	Wartość energetyczna: 2929.18 kcal; Białko ogółem: 122.64 g; Tłuszcz: 72.54 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 473.50 g; W tym cukry: 119.44 g; Błonnik pok.: 31.84 g; Sód: 3106.14 mg;	Wartość energetyczna: 2391.63 kcal; Białko ogółem: 75.11 g; Tłuszcz: 58.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 415.48 g; W tym cukry: 103.35 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sód: 2765.16 mg;
Wartość energetyczna: 2654.93 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 63.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 440.55 g; W tym cukry: 126.64 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sód: 2758.51 mg;							

		CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Vegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)
2026-08-02 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>) Kalarepa 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku 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 na mleku 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>) Kalarepa 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku 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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) 10 g Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa na mleku 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 75 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa na mleku 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>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Kalarepa 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku 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>) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II SN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Mizeria 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Schab gotowany 120 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Szpinaż 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 młode gotowane () 230 g Mizeria 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/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 młode gotowane () 230 g Szpinaż gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Pomidorowa z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi z twarogiem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki młode gotowane () 230 g Mizeria 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, 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>) Serek homo o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>)	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>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>)	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>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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>)	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>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>)	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>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</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>) Serek homo o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>)
	PN			Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)				
		Wartość energetyczna: 2427.77 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; Tłuszcz: 72.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 360.03 g; W tym cukry: 74.53 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sód: 3333.07 mg;	Wartość energetyczna: 2288.98 kcal; Białko ogółem: 119.62 g; Tłuszcz: 57.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 341.20 g; W tym cukry: 74.13 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sód: 4203.87 mg;	Wartość energetyczna: 2437.77 kcal; Białko ogółem: 122.74 g; Tłuszcz: 58.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 368.13 g; W tym cukry: 70.92 g; Błonnik pok.: 42.21 g; Sód: 3129.40 mg;	Wartość energetyczna: 2169.77 kcal; Białko ogółem: 119.38 g; Tłuszcz: 45.00 g; Kw. tł. nasy.: 13.73 g; Węglowodany ogółem: 340.91 g; W tym cukry: 73.82 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sód: 4225.13 mg;	Wartość energetyczna: 2389.39 kcal; Białko ogółem: 126.04 g; Tłuszcz: 58.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g; W tym cukry: 87.44 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sód: 4360.00 mg;	Wartość energetyczna: 2625.03 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz: 69.75 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; Węglowodany ogółem: 425.97 g; W tym cukry: 102.52 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sód: 2491.89 mg;	Wartość energetyczna: 2497.23 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; Tłuszcz: 72.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 377.44 g; W tym cukry: 87.84 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sód: 3333.20 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 JĘCZ - 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,