

		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)
2026-10-12 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	400 ml (MLE, GLU, JECZ.) 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) 1 szt (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) 15 g (MLE) 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) 70 g 30 g 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Hummus 50 g (SEZ.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Koktajl wieloowocowy* b/c 250 ml (MLE)	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 500 ml (MLE, SEL) Kotlet z jaj-pieczony 90 g (GLUPSZ, JAJ) Sos pieczarkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 500 ml (MLE, SEL) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 500 ml (MLE, SEL) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c () 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 500 ml (MLE, SEL) Pulpet drobiowy z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 500 ml (MLE, SEL) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Bulion warzywny z makaronem () 500 ml (GLU PSZ, SEL) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 500 ml (MLE, SEL) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Sos pieczarkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Śliwka szt 1 szt		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	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) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (RYB, MLE) Warzywa pieczone 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (RYB, MLE) Warzywa pieczone 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (RYB, MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (RYB, MLE) Warzywa pieczone (bez oleju) 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (RYB, MLE) Warzywa pieczone 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 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 twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (RYB, MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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 twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (RYB, MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE)
	PN			Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
		Wartość energetyczna: 2532.09 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 385.88 g; W tym cukry: 54.45 g; Błonnik pok.: 39.40 g; Sód: 3860.41 mg;	Wartość energetyczna: 2470.76 kcal; Białko ogółem: 102.03 g; Tłuszcz: 76.98 g; Kw. tł. nasy.: 31.42 g; Węglowodany ogółem: 370.19 g; W tym cukry: 61.71 g; Błonnik pok.: 35.75 g; Sód: 3906.55 mg;	Wartość energetyczna: 2676.98 kcal; Białko ogółem: 120.36 g; Tłuszcz: 85.38 g; Kw. tł. nasy.: 41.91 g; Węglowodany ogółem: 418.57 g; W tym cukry: 69.69 g; Błonnik pok.: 59.00 g; Sód: 4005.09 mg;	Wartość energetyczna: 2317.41 kcal; Białko ogółem: 111.32 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw. tł. nasy.: 15.53 g; Węglowodany ogółem: 378.90 g; W tym cukry: 61.68 g; Błonnik pok.: 36.04 g; Sód: 3897.89 mg;	Wartość energetyczna: 2717.06 kcal; Białko ogółem: 115.14 g; Tłuszcz: 85.30 g; Kw. tł. nasy.: 35.85 g; Węglowodany ogółem: 402.21 g; W tym cukry: 63.45 g; Błonnik pok.: 37.50 g; Sód: 4414.11 mg;	Wartość energetyczna: 2508.62 kcal; Białko ogółem: 91.95 g; Tłuszcz: 84.87 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 371.60 g; W tym cukry: 52.59 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sód: 3671.24 mg;	Wartość energetyczna: 2416.43 kcal; Białko ogółem: 102.98 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 31.02 g; Węglowodany ogółem: 371.01 g; W tym cukry: 62.42 g; Błonnik pok.: 37.84 g; Sód: 3779.91 mg;

		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)
2026-10-13 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN		Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml			Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, S02) Makaron pełnoziarnisty 230 g (GLUPSZ) Gulasz wieprzowy z z szynki warzywami* 200 g (GLUPSZ, SEL) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino () 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Makaron 230 g (GLUPSZ) Gulasz wieprzowy z z szynki warzywami* 200 g (GLUPSZ, SEL) Dynia duszona z olejem* 150 g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, S02) Makaron pełnoziarnisty 230 g (GLUPSZ) Gulasz wieprzowy z z szynki warzywami* 200 g (GLUPSZ, SEL) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino () 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Makaron 230 g (GLUPSZ) Gulasz wieprzowy z z szynki warzywami* 200 g (GLUPSZ, SEL) Dynia duszona z olejem* 150 g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino () 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 230 g (GLUPSZ) Gulasz wieprzowy z z szynki warzywami* 200 g (GLUPSZ, SEL) Dynia duszona z olejem* 150 g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, S02) Makaron 230 g (GLUPSZ) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 200 g (GLUPSZ, JAJ, GLU JECZ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, S02) Makaron pełnoziarnisty 230 g (GLUPSZ) Gulasz wieprzowy z z szynki warzywami* 200 g (GLUPSZ, SEL) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Salatka z marchwi gotowanej, ciecierzycy, sałaty lodowej i natki pietruszki* 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Szynka Jana szynka wieprzowa wędzona, parzona 50 g (może zawierać: GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Jana szynka wieprzowa wędzona, parzona 60 g (może zawierać: GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Jana szynka wieprzowa wędzona, parzona 60 g (może zawierać: GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka Jana szynka wieprzowa wędzona, parzona 60 g (może zawierać: GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Szynka Jana szynka wieprzowa wędzona, parzona 50 g (może zawierać: GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo. naturalny 50 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Szynka Jana szynka wieprzowa wędzona, parzona 50 g (może zawierać: GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)
	PN			Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE) Hummus 30 g (SEZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.)				
		Wartość energetyczna: 2667.86 kcal; Białko ogółem: 120.70 g; Tłuszcz: 85.60 g; Kw. tł. nasy.: 38.49 g; Węglowodany ogółem: 380.66 g; W tym cukry: 51.35 g; Błonnik pok.: 34.35 g; Sód: 3839.64 mg;	Wartość energetyczna: 2689.39 kcal; Białko ogółem: 118.69 g; Tłuszcz: 71.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 410.74 g; W tym cukry: 66.59 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sód: 3526.58 mg;	Wartość energetyczna: 2962.42 kcal; Białko ogółem: 132.87 g; Tłuszcz: 95.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 449.69 g; W tym cukry: 72.40 g; Błonnik pok.: 60.79 g; Sód: 3770.23 mg;	Wartość energetyczna: 2569.61 kcal; Białko ogółem: 118.43 g; Tłuszcz: 59.15 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 410.32 g; W tym cukry: 66.19 g; Błonnik pok.: 30.56 g; Sód: 3547.60 mg;	Wartość energetyczna: 2849.67 kcal; Białko ogółem: 135.11 g; Tłuszcz: 76.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 425.96 g; W tym cukry: 81.88 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sód: 3679.25 mg;	Wartość energetyczna: 2604.28 kcal; Białko ogółem: 91.41 g; Tłuszcz: 84.36 g; Kw. tł. nasy.: 35.34 g; Węglowodany ogółem: 394.40 g; W tym cukry: 54.98 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sód: 2698.76 mg;	Wartość energetyczna: 2728.50 kcal; Białko ogółem: 120.81 g; Tłuszcz: 85.90 g; Kw. tł. nasy.: 38.50 g; Węglowodany ogółem: 395.99 g; W tym cukry: 63.89 g; Błonnik pok.: 36.46 g; Sód: 3846.11 mg;

		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)
2026-10-14 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Surówka z rzodkwi i czarnuszki 70 g Sałata zielona 30 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) 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 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (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.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) 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 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Maślanka 150 ml (MLE)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) 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. naturalny 50 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) 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 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Stupki z marchewki 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 30 g (MLE)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml			Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 230 g Kotlet mielony wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Cwikła z chrzanem () 150 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysiówka () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 230 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki gotowane z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 230 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Cwikła z chrzanem b/c () 150 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 230 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki gotowane z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z warzywami* dieta BM 350 g (GLU PSZ, SEL.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 230 g Kotlet mielony wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki gotowane z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 230 g Kotlet mielony wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki gotowane z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Salatka z ryżu brązowego, brokułów i wędliny drobiowej 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Masło extra 82% 15 g (MLE) 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) Dżem 50 g 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g 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 Dżem 50 g 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) Dżem 50 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	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) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (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) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)
	PN			Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)				
		Wartość energetyczna: 3094.21 kcal; Białko ogółem: 113.38 g; Tłuszcz: 95.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 480.01 g; W tym cukry: 110.07 g; Błonnik pok.: 41.60 g; Sód: 3418.22 mg;	Wartość energetyczna: 2758.06 kcal; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 448.76 g; W tym cukry: 131.43 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sód: 3422.62 mg;	Wartość energetyczna: 3003.35 kcal; Białko ogółem: 134.01 g; Tłuszcz: 94.72 g; Kw. tł. nasy.: 36.57 g; Węglowodany ogółem: 461.25 g; W tym cukry: 61.12 g; Błonnik pok.: 60.44 g; Sód: 3480.10 mg;	Wartość energetyczna: 2639.09 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 60.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 448.53 g; W tym cukry: 131.16 g; Błonnik pok.: 30.40 g; Sód: 3443.98 mg;	Wartość energetyczna: 2871.56 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Tłuszcz: 75.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 450.11 g; W tym cukry: 122.13 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sód: 3552.71 mg;	Wartość energetyczna: 2483.35 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz: 59.38 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 428.34 g; W tym cukry: 103.12 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sód: 2292.63 mg;	Wartość energetyczna: 3214.64 kcal; Białko ogółem: 118.34 g; Tłuszcz: 97.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 498.56 g; W tym cukry: 122.80 g; Błonnik pok.: 40.73 g; Sód: 3436.42 mg;

	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)
2026-10-15 czwartek	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 cebuli 50 g (MLE) Ogórek świeży 100 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 z koperkiem 50 g (MLE) Pomidor 100 g 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 cebuli 50 g (MLE) Ogórek świeży 100 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 z koperkiem 50 g (MLE) Marchew pieczona w słupki () 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 z koperkiem 50 g (MLE) Ogórek świeży 100 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 cebuli 50 g (MLE) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Warzywa pieczone 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml			Warzywa pieczone 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki gotowane () 230 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Gruszka 1szt. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Gruszka 1szt. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)	Barszcz biały z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto wegetariańskie* 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Gruszka 1szt. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE)	Barszcz biały z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Gruszka 1szt. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD			Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
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) Salátka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salátka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salátka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salátka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salátka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, 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) Salátka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (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) Ser żółty 50 g (MLE) Salátka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)
PN			Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE)				
	Wartość energetyczna: 2617.60 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 78.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.30 g; Węglowodany ogółem: 404.45 g; W tym cukry: 70.89 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sód: 3618.06 mg;	Wartość energetyczna: 2581.90 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz: 78.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 386.20 g; W tym cukry: 66.88 g; Błonnik pok.: 28.12 g; Sód: 3419.31 mg;	Wartość energetyczna: 2833.44 kcal; Białko ogółem: 119.33 g; Tłuszcz: 93.47 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 431.38 g; W tym cukry: 75.48 g; Błonnik pok.: 52.79 g; Sód: 3415.27 mg;	Wartość energetyczna: 2489.40 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 18.93 g; Węglowodany ogółem: 390.08 g; W tym cukry: 68.51 g; Błonnik pok.: 30.31 g; Sód: 3532.62 mg;	Wartość energetyczna: 2755.77 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 84.66 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 407.97 g; W tym cukry: 84.16 g; Błonnik pok.: 28.62 g; Sód: 3487.54 mg;	Wartość energetyczna: 2481.38 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 79.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 386.52 g; W tym cukry: 80.95 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sód: 2965.57 mg;	Wartość energetyczna: 2440.73 kcal; Białko ogółem: 93.93 g; Tłuszcz: 88.60 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 340.75 g; W tym cukry: 72.38 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sód: 3434.19 mg;

	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)	
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana 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>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-psenny 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Siedź w śmietanie 150 g (<u>JAJ, RYB, MLE, GOR.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany * 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba gotowana (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Chleb razowy żytnio-psenny 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>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		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>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-psenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Salata 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-psenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Salata 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 Salata 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Salata 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-psenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g 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-psenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
PN			Chleb razowy żytnio-psenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml					
	Wartość energetyczna: 2680.62 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 90.23 g; Kw. tł. nasy.: 38.99 g; Węglowodany ogółem: 402.87 g; W tym cukry: 96.36 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sód: 4351.81 mg;	Wartość energetyczna: 2481.93 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz: 56.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 413.76 g; W tym cukry: 96.40 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sód: 3051.44 mg;	Wartość energetyczna: 2805.02 kcal; Białko ogółem: 126.83 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 466.75 g; W tym cukry: 71.48 g; Błonnik pok.: 61.73 g; Sód: 3702.32 mg;	Wartość energetyczna: 2313.76 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 35.65 g; Kw. tł. nasy.: 13.38 g; Węglowodany ogółem: 414.55 g; W tym cukry: 95.65 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sód: 3358.24 mg;	Wartość energetyczna: 2901.96 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 460.58 g; W tym cukry: 111.45 g; Błonnik pok.: 34.61 g; Sód: 4061.47 mg;	Wartość energetyczna: 2479.05 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 71.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 382.54 g; W tym cukry: 69.57 g; Błonnik pok.: 34.34 g; Sód: 3225.72 mg;	Wartość energetyczna: 2646.55 kcal; Białko ogółem: 104.31 g; Tłuszcz: 77.16 g; Kw. tł. nasy.: 36.69 g; Węglowodany ogółem: 408.79 g; W tym cukry: 98.52 g; Błonnik pok.: 34.79 g; Sód: 3382.81 mg;	

	CIB- D01 Podstawowa	CIB- D02 Łatwo strawna	CIB- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CIB- D05 Niskotłuszczowa	CIB- D07 Bogatobiałkowa	CIB- D01/WE Wegetariańska	CIB- P01 Podstawowa (Młodocianych)	
2026-10-17 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 woprz. homogeni. wędz. parzone 70 g (MOŻE ZAWIERAĆ: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ketchup 10 g (SEL) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 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 (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 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 (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 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 (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 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 (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 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 (SEJ) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 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 (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 100 g Kakao na mleku z/c 250 ml (MLE)
	II ŚN		Maślanka 150 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Słupki z warzyw () 50 g	Maślanka 150 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Maślanka 150 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	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) Sałatka 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) Sałatka 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) Sałatka 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) Sałatka 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) Sałatka 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 Sałatka 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) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Kolejca	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 wegetariańskie 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			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Sałata zielona 5 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 18 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml					
	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: 91.03 g; Błonnik pok.: 36.26 g; Sód: 3363.07 mg;	Wartość energetyczna: 2882.00 kcal; Białko ogółem: 140.48 g; Tłuszcz: 81.65 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 452.65 g; W tym cukry: 78.17 g; Błonnik pok.: 61.21 g; Sód: 3516.93 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: 61.88 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sód: 3375.77 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: 99.02 g; Błonnik pok.: 38.86 g; Sód: 4099.13 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: 112.14 g; Błonnik pok.: 41.46 g; Sód: 3513.08 mg;	

	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)	
2026-10-18 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 siemienia 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) 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 ŚN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Obiad	Rosół z makaronem () 500 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki 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 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 gotowane () 230 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i 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 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 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 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 gotowane () 230 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Twarożek z cynamonem 50 g (MLE)		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	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) Ogonówka wiel.łop.wiepr.wędz.parz.z.dod.wod.biał.wieprzowego 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) Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ.)	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.wieprzowego 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) Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ.)	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.wieprzowego 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) Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ.)	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.wieprzowego 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) Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ.)	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.wieprzowego 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) Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ.)	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 tofu i marchewki 50 g (SOJ.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE) Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ.)	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.wieprzowego 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) Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ.)
PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml					
	Wartość energetyczna: 2804.85 kcal; Białko ogółem: 133.94 g; Tłuszcz: 101.45 g; Kw. tł. nasy.: 38.94 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; W tym cukry: 82.47 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sód: 2965.71 mg;	Wartość energetyczna: 2970.68 kcal; Białko ogółem: 141.81 g; Tłuszcz: 94.55 g; Kw. tł. nasy.: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 408.98 g; W tym cukry: 117.30 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sód: 3203.70 mg;	Wartość energetyczna: 3043.76 kcal; Białko ogółem: 159.07 g; Tłuszcz: 113.85 g; Kw. tł. nasy.: 45.27 g; Węglowodany ogółem: 399.33 g; W tym cukry: 74.98 g; Błonnik pok.: 52.61 g; Sód: 3001.06 mg;	Wartość energetyczna: 2852.28 kcal; Białko ogółem: 141.60 g; Tłuszcz: 81.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 408.88 g; W tym cukry: 117.12 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sód: 3225.30 mg;	Wartość energetyczna: 3283.00 kcal; Białko ogółem: 161.12 g; Tłuszcz: 111.08 g; Kw. tł. nasy.: 43.56 g; Węglowodany ogółem: 402.54 g; W tym cukry: 95.93 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sód: 3325.28 mg;	Wartość energetyczna: 2280.10 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 382.27 g; W tym cukry: 85.18 g; Błonnik pok.: 38.05 g; Sód: 2655.29 mg;	Wartość energetyczna: 2864.85 kcal; Białko ogółem: 135.02 g; Tłuszcz: 101.69 g; Kw. tł. nasy.: 38.94 g; Węglowodany ogółem: 376.07 g; W tym cukry: 93.27 g; Błonnik pok.: 30.78 g; Sód: 2967.00 mg;	

	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)	
2026-10-19 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 Pomidor 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%) kubek 10 g 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 Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Słupki z warzyw () 70 g Hummus 30 g (SEZ)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	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 230 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE) Mus z jabłek () z/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			Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałatka jarzynowa - dieta z szynką dr/wp 100 g (SOJ, MLE, SEL.)		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 Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	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 Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł) z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł) z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 75 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł) z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z natką pietruszki 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 żółty 50 g (MLE) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z natką pietruszki 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE)
PN			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 Herbata czarna granulowana b/c 250 ml					
	Wartość energetyczna: 2528.11 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 403.53 g; W tym cukry: 73.03 g; Błonnik pok.: 31.42 g; Sód: 3169.87 mg;	Wartość energetyczna: 2377.89 kcal; Białko ogółem: 79.74 g; Tłuszcz: 57.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 405.47 g; W tym cukry: 78.90 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sód: 4253.29 mg;	Wartość energetyczna: 2580.24 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 72.27 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 436.94 g; W tym cukry: 75.85 g; Błonnik pok.: 60.88 g; Sód: 5150.40 mg;	Wartość energetyczna: 2383.82 kcal; Białko ogółem: 90.50 g; Tłuszcz: 53.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 406.60 g; W tym cukry: 79.19 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sód: 4452.40 mg;	Wartość energetyczna: 2862.71 kcal; Białko ogółem: 105.88 g; Tłuszcz: 70.27 g; Kw. tł. nasy.: 34.13 g; Węglowodany ogółem: 408.14 g; W tym cukry: 78.79 g; Błonnik pok.: 31.20 g; Sód: 3106.98 mg;	Wartość energetyczna: 2520.32 kcal; Białko ogółem: 89.74 g; Tłuszcz: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 408.14 g; W tym cukry: 78.79 g; Błonnik pok.: 31.20 g; Sód: 3106.98 mg;	Wartość energetyczna: 2515.06 kcal; Białko ogółem: 87.26 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 433.98 g; W tym cukry: 97.43 g; Błonnik pok.: 31.46 g; Sód: 3471.08 mg;	

		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)
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	400 ml (MLE, GLU, JECZ.) 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 15 g (MLE.) 50 g (MLE.) 1 szt 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Siwka szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt brzoskwiinowy 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kotlet drobiowy panierowany 120 g (GLUPSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane (-) 230 g Surówka wielowarzynowa z olejem (-) 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta (-) 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki gotowane (-) 230 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem (-) 150 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki gotowane (-) 230 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Surówka wielowarzynowa z olejem b/c (-) 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta (-) 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (-) 230 g Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana (-) 150 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta (-) 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (-) 230 g Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem (-) 150 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie (-) 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Surówka wielowarzynowa z olejem (-) 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane (-) 230 g Kotlet drobiowy panierowany 120 g (GLUPSZ, JAJ.) Surówka wielowarzynowa z olejem (-) 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem (-) 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Jogurt brzoskwiinowy 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
		Wartość energetyczna: 2559.76 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 78.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 382.07 g; W tym cukry: 58.18 g; Błonnik pok.: 34.20 g; Sód: 3496.69 mg;	Wartość energetyczna: 2461.48 kcal; Białko ogółem: 119.70 g; Tłuszcz: 63.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 373.19 g; W tym cukry: 62.69 g; Błonnik pok.: 31.81 g; Sód: 3547.31 mg;	Wartość energetyczna: 2723.60 kcal; Białko ogółem: 134.20 g; Tłuszcz: 80.38 g; Kw. tł. nasy.: 36.97 g; Węglowodany ogółem: 422.13 g; W tym cukry: 75.51 g; Błonnik pok.: 58.14 g; Sód: 3893.43 mg;	Wartość energetyczna: 2327.58 kcal; Białko ogółem: 119.09 g; Tłuszcz: 47.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.06 g; Węglowodany ogółem: 379.33 g; W tym cukry: 69.36 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sód: 3568.91 mg;	Wartość energetyczna: 2674.48 kcal; Białko ogółem: 130.20 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 400.94 g; W tym cukry: 91.64 g; Błonnik pok.: 32.26 g; Sód: 3712.40 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.: 32.63 g; Sód: 3312.48 mg;	Wartość energetyczna: 2682.76 kcal; Białko ogółem: 109.67 g; Tłuszcz: 82.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 400.52 g; W tym cukry: 80.83 g; Błonnik pok.: 34.65 g; Sód: 3567.28 mg;

		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)
2026-10-21 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	400 ml (MLE, GLU OW.) 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 140 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Maślanka 150 ml (MLE)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.)
	II ŚN		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	salatka z kalaflorem i jajkiem 100 g (JAJ, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml			Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 500 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos myśliwski 80 g (GLUPSZ, SOJ, SEL, GOR.) Surówka z marchwi i chrzanu () 150 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasotto wegetariańskie z tofu * 400 g (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 500 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 230 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu () 150 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE)		Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE)		
Kolejca		Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Sałata zielona 30 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Twaróg półtłusty 50 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE)				
		Wartość energetyczna: 2833.13 kcal; Białko ogółem: 108.21 g; Tłuszcz: 88.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 431.56 g; W tym cukry: 78.88 g; Błonnik pok.: 41.65 g; Sód: 4532.61 mg;	Wartość energetyczna: 2796.56 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 71.76 g; Kw. tł. nasy.: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 448.13 g; W tym cukry: 89.14 g; Błonnik pok.: 32.46 g; Sód: 3793.82 mg;	Wartość energetyczna: 2904.11 kcal; Białko ogółem: 121.50 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 460.12 g; W tym cukry: 71.71 g; Błonnik pok.: 60.72 g; Sód: 4037.56 mg;	Wartość energetyczna: 2677.59 kcal; Białko ogółem: 111.70 g; Tłuszcz: 59.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 447.90 g; W tym cukry: 88.87 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sód: 3815.18 mg;	Wartość energetyczna: 2953.82 kcal; Białko ogółem: 122.88 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 467.99 g; W tym cukry: 106.20 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sód: 3964.75 mg;	Wartość energetyczna: 2521.74 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz: 79.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 409.67 g; W tym cukry: 74.58 g; Błonnik pok.: 46.36 g; Sód: 2957.35 mg;	Wartość energetyczna: 3008.62 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 79.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 483.84 g; W tym cukry: 93.39 g; Błonnik pok.: 38.01 g; Sód: 4364.56 mg;

	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)	
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Marchew pieczona w słupki () 70 g Sałata zielona 30 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>) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Marchew pieczona w słupki () (bez oleju) 70 g Sałata zielona 30 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 75 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Marchew pieczona w słupki () 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 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>) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>)
	II SN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Warzywa pieczone z tofu 100 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml			Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp -dieta () 400 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp -dieta () 400 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp -dieta () 400 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>)	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z warzywami* - dieta BM 350 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>)	Szpinakowa z ziemniakami () 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Kolejca	Pasztet z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>)	Pasztet z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tl.(60%) kubek 10 g Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 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>) Filet zapiekany drobiowy 75 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>)	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>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>)	Pasztet z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>)
PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica.gazdy.schab.wp.parz.z.dod. biał.wp.z.dod.wody 30 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml					
	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: 66.67 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sód: 3659.39 mg;	Wartość energetyczna: 2951.86 kcal; Białko ogółem: 123.66 g; Tłuszcz: 110.05 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 421.95 g; W tym cukry: 58.80 g; Błonnik pok.: 55.38 g; Sód: 2933.85 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: 66.40 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sód: 3680.75 mg;	Wartość energetyczna: 2803.39 kcal; Białko ogółem: 136.08 g; Tłuszcz: 81.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.96 g; Węglowodany ogółem: 404.84 g; W tym cukry: 82.02 g; Błonnik pok.: 32.33 g; Sód: 4217.13 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.: 33.96 g; Sód: 3017.58 mg;	

		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)	
2026-10-23 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>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		
	II ŚN		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Salatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i ciecierzycą z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml			Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Ryba smażona (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB, PSZ, JAJ, 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 gotowane () 230 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB, PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB, PSZ, JAJ, 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 gotowane () 230 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB, PSZ, JAJ, 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 gotowane () 230 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB, PSZ, JAJ, RYB</u>) Kotlet z ciecior ki i pieczarek 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Ryba smażona (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 500 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki gotowane () 230 g Ryba smażona (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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.wieprzowego 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Połędwica 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Dynia z wody 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Połędwica 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Połędwica 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 Połędwica Jana schab wieprzowy, wędzony, parzony 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Dynia z wody 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Połędwica 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Połędwica 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ogórek świeży 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Połędwica Jana schab wieprzowy, wędzony, parzony 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>)	
PN			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.wieprzowego 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 5 g						
		Wartość energetyczna: 2757.89 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 85.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 408.13 g; W tym cukry: 74.97 g; Błonnik pok.: 32.77 g; Sód: 3721.06 mg;	Wartość energetyczna: 2690.06 kcal; Białko ogółem: 115.98 g; Tłuszcz: 69.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 420.75 g; W tym cukry: 96.14 g; Błonnik pok.: 36.73 g; Sód: 3863.41 mg;	Wartość energetyczna: 2893.99 kcal; Białko ogółem: 138.79 g; Tłuszcz: 91.56 g; Kw. tł. nasy.: 35.40 g; Węglowodany ogółem: 429.08 g; W tym cukry: 78.06 g; Błonnik pok.: 53.85 g; Sód: 3782.72 mg;	Wartość energetyczna: 2623.83 kcal; Białko ogółem: 121.49 g; Tłuszcz: 52.52 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; Węglowodany ogółem: 438.72 g; W tym cukry: 113.94 g; Błonnik pok.: 37.11 g; Sód: 4241.13 mg;	Wartość energetyczna: 3005.07 kcal; Białko ogółem: 127.63 g; Tłuszcz: 79.49 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 469.94 g; W tym cukry: 112.95 g; Błonnik pok.: 37.50 g; Sód: 4068.12 mg;	Wartość energetyczna: 2725.04 kcal; Białko ogółem: 91.20 g; Tłuszcz: 82.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.33 g; Węglowodany ogółem: 434.56 g; W tym cukry: 97.33 g; Błonnik pok.: 37.82 g; Sód: 3158.24 mg;	Wartość energetyczna: 2852.69 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 85.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 428.13 g; W tym cukry: 94.33 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sód: 3794.75 mg;	

	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)
2026-10-24 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 Sałata 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) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kakao na mleku b/c 300 ml (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 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.) 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) Sałata 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 Sałata 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 Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus z truskawek* b/c 50 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 230 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane z olejem () 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 z olejem () 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 z olejem () 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 ciecierzą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane z olejem () 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 z olejem () 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 z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Siłwka szt 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	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 (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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. biał.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. biał.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. biał.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. biał.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		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
		Wartość energetyczna: 2797.97 kcal; Białko ogółem: 104.69 g; Tłuszcz: 96.54 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 406.46 g; W tym cukry: 103.32 g; Błonnik pok.: 32.15 g; Sód: 3081.59 mg;	Wartość energetyczna: 2489.51 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 61.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 413.95 g; W tym cukry: 100.56 g; Błonnik pok.: 29.93 g; Sód: 2631.26 mg;	Wartość energetyczna: 2969.89 kcal; Białko ogółem: 124.98 g; Tłuszcz: 95.90 g; Kw. tł. nasy.: 46.04 g; Węglowodany ogółem: 452.90 g; W tym cukry: 102.04 g; Błonnik pok.: 57.21 g; Sód: 3161.29 mg;	Wartość energetyczna: 2408.27 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 51.24 g; Kw. tł. nasy.: 13.68 g; Węglowodany ogółem: 418.98 g; W tym cukry: 102.10 g; Błonnik pok.: 31.84 g; Sód: 2737.15 mg;	Wartość energetyczna: 2969.68 kcal; Białko ogółem: 122.64 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.53 g; Węglowodany ogółem: 473.50 g; W tym cukry: 119.44 g; Błonnik pok.: 31.84 g; Sód: 3106.32 mg;	Wartość energetyczna: 2432.13 kcal; Białko ogółem: 75.11 g; Tłuszcz: 63.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 415.48 g; W tym cukry: 103.35 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sód: 2765.16 mg;
		Wartość energetyczna: 2695.43 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 440.55 g; W tym cukry: 126.64 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sód: 2758.60 mg;					

	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)	
2026-10-25 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>) Kalarepa 70 g Sałata zielona 30 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%) kubek 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 Kalarepa 70 g Kawa zbożowa na mleku z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką (l) 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane (l) 230 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (l) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką (l) 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane (l) 230 g Schab gotowany 120 g Sos własny (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sznajki gotowane z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką (l) 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 120 g Sos własny (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane (l) 230 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (l) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką (l) 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 120 g Sos własny (l) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane (l) 230 g Sznajki gotowane z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Pomidorowa z makaronem (l) 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 (l) 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane (l) 230 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (l) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<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>) Twarożek ze słonecznikiem 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sznajki 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>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sznajki 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>) Twarożek ze słonecznikiem 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sznajki 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 Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sznajki 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>) Twarożek ze słonecznikiem 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek ze słonecznikiem 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sznajki Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>)
PN			Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Sałata zielona 5 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>)					
	Wartość energetyczna: 2646.38 kcal; Białko ogółem: 119.07 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 385.34 g; W tym cukry: 75.61 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sód: 3372.92 mg;	Wartość energetyczna: 2389.57 kcal; Białko ogółem: 122.00 g; Tłuszcz: 58.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 363.13 g; W tym cukry: 74.83 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sód: 4208.93 mg;	Wartość energetyczna: 2627.62 kcal; Białko ogółem: 139.43 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 409.06 g; W tym cukry: 83.83 g; Błonnik pok.: 52.08 g; Sód: 3577.92 mg;	Wartość energetyczna: 2270.35 kcal; Białko ogółem: 121.76 g; Tłuszcz: 45.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.02 g; Węglowodany ogółem: 362.84 g; W tym cukry: 74.52 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sód: 4230.19 mg;	Wartość energetyczna: 2530.67 kcal; Białko ogółem: 134.54 g; Tłuszcz: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 378.64 g; W tym cukry: 85.39 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sód: 4446.46 mg;	Wartość energetyczna: 2741.57 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 78.56 g; Kw. tł. nasy.: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 425.81 g; W tym cukry: 101.80 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sód: 2578.10 mg;	Wartość energetyczna: 2715.84 kcal; Białko ogółem: 119.07 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 402.75 g; W tym cukry: 88.91 g; Błonnik pok.: 33.08 g; Sód: 3373.15 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,