Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-26 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA WARSZAWA WIML

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-10-26 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Mielony schab z marchewką 50 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Papka Śn (płatki jęczmienne) 500 ml (***JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g		Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 80 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Dyniowa z ziemniakami* 800 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***)	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* mix 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Klopsik drobiowy z udźca mix 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* mix 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Ziemniaczana z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Papryka świeża 50 g		
		Wartość energetyczna: 2381.20 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 79.17 g; Kw. tł. nasy.: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 339.27 g; W tym cukry: 90.29 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2004.92 kcal; Białko ogółem: 80.23 g; Tłuszcz: 67.07 g; Kw. tł. nasy.: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 283.53 g; W tym cukry: 66.97 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2431.77 kcal; Białko ogółem: 111.03 g; Tłuszcz: 88.71 g; Kw. tł. nasy.: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 344.17 g; W tym cukry: 34.91 g; Błonnik pok.: 50.48 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 2158.42 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 76.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 282.12 g; W tym cukry: 54.97 g; Błonnik pok.: 26.98 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 1837.26 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 63.36 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 221.24 g; W tym cukry: 38.82 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 3.69 g;

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-10-27 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Śliwka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Śliwka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka śn mleczna ONK (kasza manna) 500 ml (***GLU PSZ, MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 50 g		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 80 g (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 80 g (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Brokułowa z ziemniakami* 800 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***)	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * mix 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona mix 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko mix 200 g Buraczki gotowane mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)		Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Cukinia pieczona z koncentratem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Cukinia pieczona z koncentratem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z cukinią z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g		
		Wartość energetyczna: 2207.38 kcal; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 74.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 302.65 g; W tym cukry: 67.48 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2279.59 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz: 66.42 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 332.85 g; W tym cukry: 96.86 g; Błonnik pok.: 20.95 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2359.59 kcal; Białko ogółem: 114.16 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.12 g; Węglowodany ogółem: 330.77 g; W tym cukry: 57.51 g; Błonnik pok.: 43.66 g; Sól: 10.03 g;	Wartość energetyczna: 2146.82 kcal; Białko ogółem: 101.64 g; Tłuszcz: 70.06 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 288.55 g; W tym cukry: 64.43 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2091.19 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 70.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 268.75 g; W tym cukry: 72.06 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sól: 3.21 g;

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-10-28 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ.***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) pasta Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL.***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Papka Śn (kasza jęczmienna) 500 ml (***JAJ, MLE, GLU JĘCZ.***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Ser żółty 30 g (***MLE.***) Papryka świeża 50 g		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02.***) Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02.***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 800 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ.***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE.***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* mix 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Pulpet drobiowy mix 100 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE.***) Marchew gotowana z olejem* mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (***MLE.***)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE.***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (***RYB, SEL.***) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (***RYB, SEL.***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (***RYB, SEL.***) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) pasta Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z brokułem z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL.***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Rzodkiew biała rozdrobniona 50 g		
		Wartość energetyczna: 2024.39 kcal; Białko ogółem: 83.68 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 289.77 g; W tym cukry: 51.78 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 1807.90 kcal; Białko ogółem: 78.78 g; Tłuszcz: 52.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 269.97 g; W tym cukry: 49.37 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2033.12 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 308.26 g; W tym cukry: 43.87 g; Błonnik pok.: 41.67 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2032.14 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 288.78 g; W tym cukry: 59.83 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 1788.21 kcal; Białko ogółem: 98.61 g; Tłuszcz: 62.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 219.88 g; W tym cukry: 68.58 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 3.77 g;

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-10-29 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka śn mleczna ONK (płatki owsiane) 500 ml (***MLE, GLU OW,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Pomidor 50 g		Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku 300 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 800 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) mix 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł mix 100 g (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z dynią z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g		
		Wartość energetyczna: 2055.06 kcal; Białko ogółem: 82.76 g; Tłuszcz: 66.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 306.35 g; W tym cukry: 60.69 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 9.14 g;	Wartość energetyczna: 1921.26 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; Węglowodany ogółem: 273.09 g; W tym cukry: 57.06 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2033.62 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 296.07 g; W tym cukry: 31.30 g; Błonnik pok.: 42.21 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2130.81 kcal; Białko ogółem: 97.49 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 292.12 g; W tym cukry: 58.22 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 1938.10 kcal; Białko ogółem: 101.55 g; Tłuszcz: 79.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 212.04 g; W tym cukry: 46.12 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sól: 3.18 g;

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-10-30 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 20 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pasta z brokuła * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka śn mleczna ONK (kasza manna) 500 ml (***GLU PSZ, MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba smażona (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 800 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet rybno-warzywny* (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) mix 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet rybno-warzywny* (Miruna) mix 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* mix 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Słupki z marchewki 50 g		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Rzepa biała rozdrobniona 50 g		
		Wartość energetyczna: 3295.32 kcal; Białko ogółem: 202.31 g; Tłuszcz: 155.37 g; Kw. tł. nasy.: 55.37 g; Węglowodany ogółem: 288.09 g; W tym cukry: 78.19 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2029.43 kcal; Białko ogółem: 90.52 g; Tłuszcz: 70.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 272.98 g; W tym cukry: 75.59 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 2022.29 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 69.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 273.61 g; W tym cukry: 39.94 g; Błonnik pok.: 38.79 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2103.82 kcal; Białko ogółem: 87.45 g; Tłuszcz: 58.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 322.60 g; W tym cukry: 87.77 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 1892.52 kcal; Białko ogółem: 84.06 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 259.80 g; W tym cukry: 48.47 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 3.66 g;

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-10-31 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) 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,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 15 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 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,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta 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 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka śn mleczna ONK (płatki jęczmienne) 500 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 50 g		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 800 ml (***MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* mix 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami* mix 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem* mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (***MLE,***)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy* 100 g (***JAJ,***) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy* 100 g (***JAJ,***) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***)	Buraczki gotowane 100 g Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z burakiem z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Papryka świeża 50 g		
		Wartość energetyczna: 2119.50 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 77.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 278.30 g; W tym cukry: 58.12 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 1818.78 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 60.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 237.65 g; W tym cukry: 54.93 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2498.76 kcal; Białko ogółem: 124.99 g; Tłuszcz: 88.01 g; Kw. tł. nasy.: 31.38 g; Węglowodany ogółem: 343.40 g; W tym cukry: 54.84 g; Błonnik pok.: 47.30 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2173.09 kcal; Białko ogółem: 107.38 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kw. tł. nasy.: 29.23 g; Węglowodany ogółem: 291.91 g; W tym cukry: 70.76 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 1912.34 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 243.91 g; W tym cukry: 76.95 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 4.46 g;

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-11-01 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka śn mleczna ONK (ryż) 500 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 50 g		Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kotlet z udźca drobiowego 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 800 ml (***MLE, SEL,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* mix 400 ml (***SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s mix 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 60 g (***MLE,***) Schab gotowany 50 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 60 g (***MLE,***) Schab gotowany 50 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z cukinią z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Rzodkiew biała rozdrobniona 50 g		
		Wartość energetyczna: 1988.98 kcal; Białko ogółem: 97.71 g; Tłuszcz: 81.20 g; Kw. tł. nasy.: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 235.71 g; W tym cukry: 41.56 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 1833.54 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 49.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 260.43 g; W tym cukry: 82.60 g; Błonnik pok.: 19.28 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2224.86 kcal; Białko ogółem: 134.33 g; Tłuszcz: 83.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.61 g; Węglowodany ogółem: 275.02 g; W tym cukry: 37.58 g; Błonnik pok.: 37.17 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2303.95 kcal; Białko ogółem: 94.03 g; Tłuszcz: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; W tym cukry: 116.83 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 1725.51 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 58.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 209.14 g; W tym cukry: 43.37 g; Błonnik pok.: 21.33 g; Sól: 3.15 g;

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-11-02 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka śn mleczna ONK (płatki owsiane) 500 ml (***MLE, GLU OW,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Papryka świeża 50 g		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo-porzeczkowy* 150 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo-porzeczkowy* 150 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 800 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) mix 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) mix 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Cukinia pieczona z olejem * mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z burakiem z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaczana z mięsem drobiowym papka () 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Ogórek kiszony 50 g		
		Wartość energetyczna: 2012.87 kcal; Białko ogółem: 76.69 g; Tłuszcz: 67.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 295.97 g; W tym cukry: 72.45 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 1943.00 kcal; Białko ogółem: 74.95 g; Tłuszcz: 59.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 294.31 g; W tym cukry: 71.99 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2433.11 kcal; Białko ogółem: 114.92 g; Tłuszcz: 91.03 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 329.82 g; W tym cukry: 49.78 g; Błonnik pok.: 49.47 g; Sól: 10.64 g;	Wartość energetyczna: 2076.51 kcal; Białko ogółem: 92.27 g; Tłuszcz: 70.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 280.41 g; W tym cukry: 62.14 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2353.33 kcal; Białko ogółem: 117.39 g; Tłuszcz: 76.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 313.46 g; W tym cukry: 61.30 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 6.07 g;

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-11-03 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 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,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 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,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka śn mleczna ONK (kasza jaglana) 500 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 800 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana (bez mleka) mix 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa mix 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* mix 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (***MLE,***)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z brokułem z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab gotowany plastry 30 g Rzodkiew biała rodrobniona 50 g		
		Wartość energetyczna: 2427.12 kcal; Białko ogółem: 104.94 g; Tłuszcz: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 356.95 g; W tym cukry: 55.94 g; Błonnik pok.: 35.71 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2230.18 kcal; Białko ogółem: 101.31 g; Tłuszcz: 67.48 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 321.86 g; W tym cukry: 49.81 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2525.87 kcal; Białko ogółem: 125.87 g; Tłuszcz: 81.58 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 368.09 g; W tym cukry: 40.22 g; Błonnik pok.: 50.78 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2335.75 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 77.82 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 315.58 g; W tym cukry: 58.09 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 1899.69 kcal; Białko ogółem: 96.84 g; Tłuszcz: 61.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 249.42 g; W tym cukry: 60.97 g; Błonnik pok.: 22.66 g; Sól: 3.41 g;

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-11-04 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet na okrągło, wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW,***) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka śn mleczna ONK (ryż) 500 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Papryka świeża 50 g		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką z olejem * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 800 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* mix 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany mix 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Śliwka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Śliwka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z cukinią zmięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g		
		Wartość energetyczna: 2067.24 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 279.07 g; W tym cukry: 61.46 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2073.34 kcal; Białko ogółem: 96.29 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 316.42 g; W tym cukry: 91.04 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2028.70 kcal; Białko ogółem: 110.30 g; Tłuszcz: 60.38 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 296.38 g; W tym cukry: 41.76 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sól: 11.04 g;	Wartość energetyczna: 2377.88 kcal; Białko ogółem: 95.90 g; Tłuszcz: 65.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 362.95 g; W tym cukry: 98.08 g; Błonnik pok.: 23.69 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 1817.34 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 52.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 249.18 g; W tym cukry: 67.34 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 3.24 g;

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-11-05 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt pasta Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pasta warzywna* 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka śn mleczna ONK (kasza manna) 500 ml (***GLU PSZ, MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i kiełbasą 300 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 800 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * mix 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) mix 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu i marchewki 100 g (***SOJ,***) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu i marchewki 100 g (***SOJ,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu i marchewki 100 g (***SOJ,***) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 100 g (***SOJ,***) Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z dynią z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Papryka świeża 50 g		
		Wartość energetyczna: 2058.41 kcal; Białko ogółem: 69.79 g; Tłuszcz: 84.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 273.95 g; W tym cukry: 62.78 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2027.74 kcal; Białko ogółem: 84.43 g; Tłuszcz: 65.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 290.00 g; W tym cukry: 57.58 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2242.05 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 84.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 305.78 g; W tym cukry: 38.83 g; Błonnik pok.: 45.71 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2187.57 kcal; Białko ogółem: 93.40 g; Tłuszcz: 72.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.40 g; Węglowodany ogółem: 308.20 g; W tym cukry: 69.35 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 1785.19 kcal; Białko ogółem: 84.22 g; Tłuszcz: 66.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 222.50 g; W tym cukry: 58.41 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sól: 5.27 g;

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-11-06 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka śn mleczna ONK (kasza jaglana) 500 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała rozdrobniona 50 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 800 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z białych warzyw- dieta (bez mleka) 400 ml (***SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) mix 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Warzywa po grecku* mix 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielone Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z burakiem z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g		
		Wartość energetyczna: 2106.04 kcal; Białko ogółem: 87.16 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 322.49 g; W tym cukry: 81.41 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 1980.00 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz: 57.11 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 296.95 g; W tym cukry: 80.86 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 5.34 g;	Wartość energetyczna: 2130.01 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 66.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 327.08 g; W tym cukry: 56.81 g; Błonnik pok.: 41.37 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2058.37 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz: 59.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; Węglowodany ogółem: 304.73 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 1920.17 kcal; Białko ogółem: 92.13 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 254.40 g; W tym cukry: 79.58 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 3.68 g;

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-11-07 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 60 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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,***) Pasta z brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 15 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 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,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka śn mleczna ONK (ryż) 500 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z żołądków drobiowych* 200 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz z żołądków drobiowych* 200 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 800 ml (***MLE, SEL,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* mix 400 ml (***SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami mix 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Buraczki gotowane mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 120 g Ketchup 20 g (***SEL,***) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z dynią z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 50 g		
		Wartość energetyczna: 2277.64 kcal; Białko ogółem: 104.23 g; Tłuszcz: 99.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.51 g; Węglowodany ogółem: 260.41 g; W tym cukry: 57.16 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 1918.15 kcal; Białko ogółem: 88.23 g; Tłuszcz: 68.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.87 g; Węglowodany ogółem: 253.91 g; W tym cukry: 51.48 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2230.45 kcal; Białko ogółem: 118.64 g; Tłuszcz: 79.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 301.53 g; W tym cukry: 49.80 g; Błonnik pok.: 41.10 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 2075.85 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 69.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 287.79 g; W tym cukry: 64.06 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 1815.46 kcal; Białko ogółem: 84.75 g; Tłuszcz: 59.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 77.40 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 3.02 g;

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-11-08 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 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,***) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 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,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 350 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka śn mleczna ONK (kasza kukurydziana) 500 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Rzodkiew biała 50 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlet mielony wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pieczeniowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pieczeniowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem * 800 ml (***MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* mix 400 ml (***SEL,***) Schab gotowany mix 100 g Sos pieczeniowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Jogurt naturalny z owsianką i owocami 200 g (***MLE, GLU OW,***)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Miód (25g) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z cukinią z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzepa biała rodrobniona 50 g		
		Wartość energetyczna: 1957.59 kcal; Białko ogółem: 81.44 g; Tłuszcz: 72.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; Węglowodany ogółem: 262.35 g; W tym cukry: 62.53 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sól: 5.29 g;	Wartość energetyczna: 1894.62 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 61.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 250.66 g; W tym cukry: 62.17 g; Błonnik pok.: 20.78 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 2226.04 kcal; Białko ogółem: 120.18 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.38 g; Węglowodany ogółem: 311.09 g; W tym cukry: 56.14 g; Błonnik pok.: 41.93 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 2159.67 kcal; Białko ogółem: 100.50 g; Tłuszcz: 73.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.64 g; Węglowodany ogółem: 281.89 g; W tym cukry: 60.01 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 1867.30 kcal; Białko ogółem: 108.89 g; Tłuszcz: 57.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 231.42 g; W tym cukry: 66.45 g; Błonnik pok.: 14.79 g; Sól: 3.47 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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