Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 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)
2026-11-09 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) 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,***) 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* (mielony) 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-płynna śn mleczna ONK (płatki owsiane) 500 ml (***MLE, GLU OW,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kotlety z ciecierzycy () 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (***SEL,***) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa 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* (mielona) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * mix 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) mix 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***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,***) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (***RYB, SEL,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) 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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (***RYB, SEL,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor 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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (***RYB, SEL,***) 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,***) Mielony schab z marchewką 100 g Buraczki gotowane (mielone) 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 buraczkami 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 Rzodkiew biała rozdrobniona 50 g		
		Wartość energetyczna: 2073.19 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 77.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 287.32 g; W tym cukry: 57.78 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 1958.25 kcal; Białko ogółem: 80.28 g; Tłuszcz: 69.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 272.33 g; W tym cukry: 63.95 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2162.24 kcal; Białko ogółem: 93.38 g; Tłuszcz: 80.88 g; Kw. tł. nasy.: 33.60 g; Węglowodany ogółem: 309.89 g; W tym cukry: 37.36 g; Błonnik pok.: 46.86 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2152.48 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 73.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 280.74 g; W tym cukry: 63.84 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 1703.76 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 61.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 215.39 g; W tym cukry: 51.59 g; Błonnik pok.: 22.36 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)
2026-11-10 wtorek	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,***) Pasztet na okrągło, wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW,***) 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Fasolka szparagowa z wody* 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,***) Ogórek świeży 60 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,***) mielony Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Fasolka szparagowa z wody* (mielona) 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	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,***) Pomidor 50 g		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Szarpana wieprzowina 100 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szarpana wieprzowina 100 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Szarpana wieprzowina 100 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej 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,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * (mielona) 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * mix 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka wieprzowa z szynki duszona mix 80 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* mix 80 ml (***GLU PSZ,***) 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			Jabłko 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Jogurt naturalny 2,5% 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,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 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,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) 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 Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * (mielona) 100 g Herbata czarna granulowana b/c 350 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, może zawierać: SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 50 g		
		Wartość energetyczna: 2147.43 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 78.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 272.87 g; W tym cukry: 49.65 g; Błonnik pok.: 19.64 g; Sól: 6.65 g;	Wartość energetyczna: 2085.20 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 65.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 288.36 g; W tym cukry: 53.73 g; Błonnik pok.: 20.69 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2224.20 kcal; Białko ogółem: 113.93 g; Tłuszcz: 77.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 308.93 g; W tym cukry: 42.27 g; Błonnik pok.: 41.48 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2136.18 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 296.63 g; W tym cukry: 62.99 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 1906.97 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 65.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 243.77 g; W tym cukry: 66.39 g; Błonnik pok.: 19.68 g; Sól: 3.58 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)
2026-11-11 środa	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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Rzodkiew biała rozdrobniona 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Banan 200 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Rzodkiew biała rozdrobniona 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,***) mielona 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,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* (mielony) 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	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,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g		Mus z jabłek () b/c mix 150 g
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kotlet pożarski-drobiowy pieczony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ćwikła z chrzanem b/c 150 g (***MLE, S02,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami*. 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ćwikła z chrzanem b/c 150 g (***MLE, S02,***) 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,***) Buraczki gotowane (mielone) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami*. mix 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony mix 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * mix 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Buraczki gotowane mix 250 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,***) Ser żółty 60 g (***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,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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,***) Ser żółty 60 g (***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,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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 marchewką z mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Sałata zielona 10 g		
		Wartość energetyczna: 2273.20 kcal; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; Węglowodany ogółem: 300.86 g; W tym cukry: 58.16 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2082.75 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 56.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 323.87 g; W tym cukry: 96.35 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2228.83 kcal; Białko ogółem: 121.68 g; Tłuszcz: 79.32 g; Kw. tł. nasy.: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 299.84 g; W tym cukry: 31.21 g; Błonnik pok.: 41.63 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2173.85 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 65.39 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 313.47 g; W tym cukry: 62.43 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 1846.48 kcal; Białko ogółem: 85.41 g; Tłuszcz: 55.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 267.68 g; W tym cukry: 61.53 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 3.67 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)
2026-11-12 czwartek	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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 100 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Dynia z wody 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) 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,***) pasta Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Dynia z wody* (mielona) 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	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 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Papryka świeża 50 g		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Gołąbki z kapustą włoską z ryżem i wieprzowiną 2szt. 400 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta * 250 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta * 250 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g (***SEL,***) 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,***) Brokuł gotowany* (mielony) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * mix 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Leczo z drobiem-dieta* mix 250 g 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,***)		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,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Sałatka jarzynowa* dieta (mielona) 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,***) Schab gotowany plastry 30 g Pomidor 50 g		
		Wartość energetyczna: 2212.60 kcal; Białko ogółem: 94.29 g; Tłuszcz: 76.61 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 303.70 g; W tym cukry: 70.78 g; Błonnik pok.: 34.07 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 1944.52 kcal; Białko ogółem: 81.05 g; Tłuszcz: 49.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 300.96 g; W tym cukry: 59.22 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2159.29 kcal; Białko ogółem: 93.25 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 323.41 g; W tym cukry: 42.56 g; Błonnik pok.: 50.67 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2099.60 kcal; Białko ogółem: 94.25 g; Tłuszcz: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 293.21 g; W tym cukry: 57.20 g; Błonnik pok.: 25.99 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 1735.78 kcal; Białko ogółem: 85.83 g; Tłuszcz: 56.88 g; Kw. tł. nasy.: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 231.88 g; W tym cukry: 62.02 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sól: 6.23 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)
2026-11-13 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 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 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,***) 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 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 Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Kalafior gotowany* (mielony) 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 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	Dyniowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) 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	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy* 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	Krem z dyni * (bez mleka) 800 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* (mielona) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni * (bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) mix 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* mix 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 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,***) Pasta z twarogu i cebuli 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt 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,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Dżem 25 g 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,***) Pasta z twarogu i cebuli 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,***) Jabłko pieczone 150 g Dżem 25 g 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 mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 50 g		
		Wartość energetyczna: 2074.30 kcal; Białko ogółem: 89.20 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 294.58 g; W tym cukry: 80.21 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 1950.15 kcal; Białko ogółem: 90.48 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 282.36 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2153.25 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.38 g; Węglowodany ogółem: 311.19 g; W tym cukry: 60.65 g; Błonnik pok.: 38.47 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 1958.74 kcal; Białko ogółem: 88.90 g; Tłuszcz: 47.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 305.66 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 1915.29 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 56.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 269.54 g; W tym cukry: 68.66 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sól: 3.94 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)
2026-11-14 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,***) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 120 g Pomidor 100 g Ketchup 20 g (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem 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,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem 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,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 60 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* (mielony) 100 g 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,***) Papryka świeża 50 g		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (***GLU PSZ,***) 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 wieprzowy. 200 g (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Gulasz wieprzowy. 200 g (***GLU PSZ,***) 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 wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Buraczki gotowane (mielone) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* mix 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy. mix 200 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Buraczki gotowane mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Jogurt naturalny z owsianką i owocami 200 g (***MLE, GLU OW,***)		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,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) pasta Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * (mielony) 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z marchewką 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 Rzodkiew biała 50 g		
		Wartość energetyczna: 2351.62 kcal; Białko ogółem: 87.32 g; Tłuszcz: 109.31 g; Kw. tł. nasy.: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 273.29 g; W tym cukry: 52.88 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 1965.92 kcal; Białko ogółem: 86.28 g; Tłuszcz: 75.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.01 g; Węglowodany ogółem: 251.27 g; W tym cukry: 51.04 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2354.43 kcal; Białko ogółem: 119.99 g; Tłuszcz: 85.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 319.23 g; W tym cukry: 36.32 g; Błonnik pok.: 46.60 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2147.93 kcal; Białko ogółem: 94.21 g; Tłuszcz: 74.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 292.02 g; W tym cukry: 64.93 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 1832.63 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 231.76 g; W tym cukry: 60.62 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 4.98 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)
2026-11-15 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,***) Pasztet z ciecierzycy. 100 g (***JAJ,***) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem 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 gotowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 15 g Kalafior gotowany* 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 2 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy. 100 g (***JAJ,***) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Mielony schab z marchewką 50 g Pasta warzywna* 100 g (***SEL,***) 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,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 50 g		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 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 * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 150 g Sos ziołowy* 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	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 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,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * (mielona) 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* mix 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł mix 100 g (***GLU PSZ,***) 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,***)		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,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Gruszka 1szt. 150 g Miód (25g) 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,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Miód (25g) 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,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Gruszka 1szt. 150 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 natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Cukinia pieczona z olejem * (mielona) 100 g Miód (25g) 1 szt 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, może zawierać: SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Pomidor 50 g		
		Wartość energetyczna: 2258.82 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; Tłuszcz: 81.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 297.08 g; W tym cukry: 81.63 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 1998.67 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 60.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 263.59 g; W tym cukry: 76.74 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 2713.61 kcal; Białko ogółem: 142.82 g; Tłuszcz: 104.99 g; Kw. tł. nasy.: 41.93 g; Węglowodany ogółem: 343.32 g; W tym cukry: 57.17 g; Błonnik pok.: 47.01 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2286.77 kcal; Białko ogółem: 100.51 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 318.27 g; W tym cukry: 83.55 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 1772.98 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 221.05 g; W tym cukry: 48.20 g; Błonnik pok.: 20.33 g; Sól: 3.58 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)
2026-11-16 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jaglana 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,***) 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	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***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 40 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,***) mielony Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Dynia z wody* (mielona) 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka mleczna ONK (kasza jaglana) 500 ml (***MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kluski leniwe z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kluski leniwe z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 800 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* (mielony) 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * mix 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet drobiowy mix 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos majerankowy * 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			Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	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,***) 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,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) 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,***) Ser żółty 60 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,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pasta warzywna z brokułem* 100 g (***SEL,***) 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,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Ogórek świeży 50 g		
		Wartość energetyczna: 2436.17 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 80.30 g; Kw. tł. nasy.: 44.60 g; Węglowodany ogółem: 344.05 g; W tym cukry: 107.19 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2275.76 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 64.06 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 338.62 g; W tym cukry: 100.10 g; Błonnik pok.: 16.81 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2396.66 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 91.17 g; Kw. tł. nasy.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 329.71 g; W tym cukry: 34.20 g; Błonnik pok.: 46.57 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 2182.65 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 71.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 300.25 g; W tym cukry: 63.17 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 1960.96 kcal; Białko ogółem: 93.87 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 262.05 g; W tym cukry: 81.35 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sól: 3.85 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)
2026-11-17 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 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 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,***) 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 Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Kalafior gotowany* (mielony) 100 g 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 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Ogórek kiszony 50 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew mini gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 800 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew mini gotowana z olejem* (mielona) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * mix 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany mix 100 g Sos szpinakowy* mix 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem* mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Jogurt naturalny z owsianką i owocami 200 g (***MLE, GLU OW,***)		Galaretka o smaku truskawkowym 200 g
	Kolacja	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Cukinia pieczona z olejem * (mielona) 100 g 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, może zawierać: SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Rzodkiew biała 50 g		
		Wartość energetyczna: 2217.08 kcal; Białko ogółem: 85.55 g; Tłuszcz: 97.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 266.69 g; W tym cukry: 57.35 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 5.52 g;	Wartość energetyczna: 1967.30 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 247.14 g; W tym cukry: 53.90 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2147.11 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 83.63 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 279.84 g; W tym cukry: 44.63 g; Błonnik pok.: 42.42 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2154.43 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 283.92 g; W tym cukry: 58.30 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 1822.14 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 54.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.86 g; Węglowodany ogółem: 245.46 g; W tym cukry: 54.12 g; Błonnik pok.: 23.99 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)
2026-11-18 środa	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,***) Jabłko 150 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,***) 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 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 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,***) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Papryka świeża 50 g		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 150 g (***MLE, S02,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza gryczana 200 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c 150 g (***MLE, S02,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 800 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* (mielona) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa mix 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 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,***) Paprykarz szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) 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 (Morszczuk) ** 100 g (***GLU PSZ, JAJ, 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 szczeciński 100 g (***RYB, SOJ,***) 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 Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* (mielony) 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,***) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g		
		Wartość energetyczna: 2217.70 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 75.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 312.37 g; W tym cukry: 66.49 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2232.49 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 65.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 321.46 g; W tym cukry: 57.50 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2340.29 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 81.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 336.31 g; W tym cukry: 48.14 g; Błonnik pok.: 43.58 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2120.40 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 295.44 g; W tym cukry: 70.93 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 1797.96 kcal; Białko ogółem: 89.83 g; Tłuszcz: 65.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 222.77 g; W tym cukry: 49.13 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 5.71 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)
2026-11-19 czwartek	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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Fasolka szparagowa z wody* (mielona) 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	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,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 800 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (mielony) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) mix 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta mix 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (***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,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet z fasoli*. 40 g (***JAJ,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) 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,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 50 g (***JAJ, SEL,***) Buraczki gotowane plastry 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 z fasoli*. 40 g (***JAJ,***) Twaróg półtłusty 50 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,***) pasta Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Buraczki gotowane (mielone) 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,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 50 g		
		Wartość energetyczna: 2072.69 kcal; Białko ogółem: 91.28 g; Tłuszcz: 65.39 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 295.28 g; W tym cukry: 55.92 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2034.87 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 62.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 285.45 g; W tym cukry: 56.24 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2192.49 kcal; Białko ogółem: 110.34 g; Tłuszcz: 70.62 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 318.73 g; W tym cukry: 41.60 g; Błonnik pok.: 47.34 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2113.69 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 284.47 g; W tym cukry: 56.30 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 1853.96 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 63.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 232.92 g; W tym cukry: 61.41 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sól: 3.34 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)
2026-11-20 piątek	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,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 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,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 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 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 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,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Sonda-papka śn mleczna ONK (płatki pszenne) 500 ml (***GLU PSZ, MLE,***)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 50 g		Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 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	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 800 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Warzywa po grecku* (mielone) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* mix 400 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Morszczuk) mix 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos ziołowy* mix 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			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Jogurt naturalny 2,5% 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ogórek kiszony 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Mix sałat z marchewką i olejem 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,***) Ogórek kiszony 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,***) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z marchewką 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 Sałata zielona 10 g		
		Wartość energetyczna: 2097.91 kcal; Białko ogółem: 96.90 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 292.82 g; W tym cukry: 70.48 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 2171.53 kcal; Białko ogółem: 97.88 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 303.53 g; W tym cukry: 78.51 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 2132.14 kcal; Białko ogółem: 114.09 g; Tłuszcz: 72.39 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 295.20 g; W tym cukry: 32.85 g; Błonnik pok.: 38.59 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2263.00 kcal; Białko ogółem: 103.02 g; Tłuszcz: 65.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.94 g; Węglowodany ogółem: 331.27 g; W tym cukry: 79.17 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 1912.38 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 65.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 235.55 g; W tym cukry: 47.96 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 4.53 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)
2026-11-21 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 gotowany 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem 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 gotowany 50 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem 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 gotowany 50 g Pomidor 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,***) Mielony filet z indyka z marchewką 50 g Fasolka szparagowa z wody* (mielona) 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	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,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pomidor 50 g		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (***SEL,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Potrawka drobiowa 250 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (***SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 800 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Buraczki gotowane (mielone) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* mix 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Potrawka drobiowa mix 250 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			Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (***MLE,***)		Kisiel o smaku wiśniowym z/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,***) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 120 g Ketchup 20 g (***SEL,***) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 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,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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,***) mielony Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Dynia z wody* (mielona) 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (***MLE,***) 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			Ogórek kiszony 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (***może zawierać: MLE, GOR,***)		
		Wartość energetyczna: 2148.40 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 91.46 g; Kw. tł. nasy.: 35.50 g; Węglowodany ogółem: 257.50 g; W tym cukry: 53.27 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 1930.20 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 57.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 266.68 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2215.29 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; Tłuszcz: 78.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 308.27 g; W tym cukry: 48.11 g; Błonnik pok.: 48.08 g; Sól: 10.26 g;	Wartość energetyczna: 2168.67 kcal; Białko ogółem: 108.67 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 298.24 g; W tym cukry: 64.47 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 1776.44 kcal; Białko ogółem: 87.74 g; Tłuszcz: 55.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 243.37 g; W tym cukry: 75.94 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 5.21 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)
2026-11-22 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,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem 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,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem 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,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	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 Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Cukinia pieczona z olejem * (mielona) 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	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,***) Tofu 30 g (***SOJ,***) Pomidor 50 g		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem * 800 ml (***MLE, SEL,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* (mielony) 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem * mix 400 ml (***MLE, SEL,***) Schab gotowany mix 100 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 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,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Gruszka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () (z olejem) 150 g (***SOJ, SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Banan 150 g Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () (z olejem) 150 g (***SOJ, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Gruszka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () (z olejem) 150 g (***SOJ, SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Dynia z wody* (mielona) 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 mięsem drobiowym papka 500 ml (***JAJ, MLE, SEL,***)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 10 g		
		Wartość energetyczna: 2122.27 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz: 75.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 290.94 g; W tym cukry: 60.85 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2042.61 kcal; Białko ogółem: 98.89 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 289.72 g; W tym cukry: 74.34 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2328.74 kcal; Białko ogółem: 126.35 g; Tłuszcz: 74.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 330.71 g; W tym cukry: 55.64 g; Błonnik pok.: 41.71 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2124.20 kcal; Białko ogółem: 95.16 g; Tłuszcz: 68.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 294.48 g; W tym cukry: 72.01 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 1836.82 kcal; Białko ogółem: 102.24 g; Tłuszcz: 54.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 245.73 g; W tym cukry: 47.24 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 3.27 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,