

		W-wa- KOL Podstawowa	W-wa- KOL Łatwostrawna	W-wa- KOL z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-10-12 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) pasta Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) 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 (<u>MLE, GLU OW.</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 10 g		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kotlety z ciecierzycy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) 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 (<u>SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 800 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * mix 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pulpet miesno-warzywny* (drobiowy) mix 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Mielony schab z marchewką 100 g Buraczki gotowane 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 (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa 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: 2173.25 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 76.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 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)
2026-10-13 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE,</u> <u>PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paszтет na okrągło, wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW,</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE,</u> <u>PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE,</u> <u>PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) mielony Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 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 (<u>MLE,</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 50 g		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2,</u>) Szarpana wieprzowina 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szarpana wieprzowina 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Dynia duszona z marchewką ** 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2,</u>) Szarpana wieprzowina 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 800 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Dynia duszona z marchewką ** mix 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * mix 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona mix 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos szpinakowy* mix 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (<u>MLE,</u>) Dynia duszona z marchewką ** mix 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Jabłko 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) pasta Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 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 (<u>JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL,</u>)
PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) 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)
2026-10-14 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Rzodkiew biała rozdrobniona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Rzodkiew biała rozdrobniona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) mielona Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 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 (<u>MLE, GLU OW.</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g		Mus z jabłek () b/c mix 150 g
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet pożarski-drobiowy pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami*. 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami*. 800 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mieśo drobiowe mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami*. mix 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony mix 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * mix 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane mix 250 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Sałata zielona 10 g		
		Wartość energetyczna: 2261.82 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 87.59 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 292.70 g; W tym cukry: 51.50 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 7.06 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: 2105.14 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 76.38 g; Kw. tł. nasy.: 39.27 g; Węglowodany ogółem: 290.26 g; W tym cukry: 24.55 g; Błonnik pok.: 39.31 g; Sól: 8.27 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)
2026-10-15 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ,</u>) Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) pasta Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ,</u>) Dynia z wody 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 (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (<u>SOJ, GOR,</u>) Papryka świeża 50 g		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Gołąbki z kapustą włoską z ryżem i wieprzowiną 2szt. 400 g (<u>JAJ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta * 250 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 800 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mieso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * mix 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta* mix 250 g Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany* mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) pasta Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) 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 (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) 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. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) pasta Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Kalaflor gotowany* 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 (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 10 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba smażona (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni * (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pulpet rybny (Miruna) mix 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos pietruszkowy* mix 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (<u>MLE,</u>) Fasolka szparagowa z wody* mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i cebuli 100 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Śliwka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i cebuli 100 g (<u>MLE,</u>) Śliwka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) 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 (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) 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)
2026-10-17 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g Pomidor 100 g Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) pasta Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 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 (<u>MLE</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL, SEL</u>) Gulasz wieprzowy. 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz wieprzowy. 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 800 ml (<u>MLE, SEL, SEL</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* mix 400 ml (<u>SEL</u>) Gulasz wieprzowy. mix 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) pasta Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z marchewką z mięsem drobiowym papka 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>)	
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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)
2026-10-18 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z ciecierzycy. 100 g (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 15 g Kalafior gotowany* 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 2 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g (<u>JAJ.</u>) Pasztet z ciecierzycy. 100 g (<u>JAJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Mielony schab z marchewką 50 g Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* mix 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe mielone w sosie wł mix 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 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 (<u>JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL.</u>)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) 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: 1923.13 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 57.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 251.58 g; W tym cukry: 72.42 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 5.30 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: 2211.24 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 70.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 306.27 g; W tym cukry: 79.23 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 5.48 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)
2026-10-19 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszen 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-pszen 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) Dyńa z wody 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-pszen 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* 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			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt 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-pszen 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-pszen 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: 2302.16 kcal; Białko ogółem: 103.36 g; Tłuszcz: 80.67 g; Kw. tł. nasy.: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 331.21 g; W tym cukry: 40.20 g; Błonnik pok.: 45.39 g; Sól: 10.67 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)
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) pasta Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Kalafor gotowany* 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 (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Schab gotowany 30 g Ogórek kiszony 50 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 800 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew mini gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * mix 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka gotowany mix 100 g Sos szpinakowy* mix 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (<u>MLE,</u>) Marchew gotowana z olejem* mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt		Galaretki o smaku truskawkowym 200 g
	Kolacja	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (<u>SOJ,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (<u>SOJ,</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (<u>SOJ,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (<u>SOJ,</u>) Cukinia pieczona z olejem* 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 (<u>JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL,</u>)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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)
2026-10-21 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE, GLU OW.</u>)
	II śN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 50 g		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 150 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c 150 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 800 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mieso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa mix 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (<u>MLE.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (_ <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybny z warzywami (Morszczuk) ** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 100 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) pasta Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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 brokulem z mięsem drobiowym papka 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Kielbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g		
		Wartość energetyczna: 2221.30 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 76.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 312.34 g; W tym cukry: 66.76 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 6.54 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: 2343.89 kcal; Białko ogółem: 108.70 g; Tłuszcz: 81.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.58 g; Węglowodany ogółem: 336.28 g; W tym cukry: 48.41 g; Błonnik pok.: 43.58 g; Sól: 8.69 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)
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa 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 (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) pasta Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Fasolka szparagowa z wody* 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 (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 10 g		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top*- dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top*- dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top*- dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 800 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) mix 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz top*- dieta mix 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paszтет z fasoli* 40 g (<u>JAJ,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Suflet mięsno-jarzynowy (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Buraczki gotowane plastry 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paszтет z fasoli* 40 g (<u>JAJ,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) pasta Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Buraczki gotowane 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 (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) 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: 2120.33 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 68.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 309.62 g; W tym cukry: 37.04 g; Błonnik pok.: 45.28 g; Sól: 9.39 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)
2026-10-23 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) 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 (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	II śN			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ,</u>) Rzodkiew biała 50 g		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 800 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* mix 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) mix 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos ziołowy* mix 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (<u>MLE,</u>) Warzywa po grecku* mix 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Mix салат z marchewką i olejem 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) mielone Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (_ <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) 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 (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Salata 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. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- KOL Mielona	W-wa- KOL Papkowata (przetarta)
2026-10-24 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 50 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Mielony filet z indyka z marchewką 50 g Fasolka szparagowa z wody* 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 (<u>MLE, GLU OW.</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (<u>SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (<u>SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mieso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* mix 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Potrawka drobiowa mix 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Jabłko 150 g		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (_ <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Dynia pieczona z natką pietruszki 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) mielony Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Ziemniaczana z dynią z mięsem drobiowym papka 500 ml (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)
	PN			Ogórek kiszony 50 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)		
		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: 1941.41 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 54.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 274.09 g; W tym cukry: 53.42 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 6.90 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)
2026-10-25 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 15 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) pasta Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Cukinia pieczona z olejem * 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 (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tofu 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) 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 (<u>MLE, SEL.</u>) Mieso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem * mix 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Schab gotowany mix 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree mix 200 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* mix 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () (z olejem) 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () (z olejem) 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () (z olejem) 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona namoczona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Dyńia z wody 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 (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Sałata zielona 10 g		
		Wartość energetyczna: 2136.32 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 290.63 g; W tym cukry: 60.58 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2056.66 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 289.41 g; W tym cukry: 74.08 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2342.79 kcal; Białko ogółem: 128.72 g; Tłuszcz: 74.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 330.40 g; W tym cukry: 55.38 g; Błonnik pok.: 41.71 g; Sól: 7.36 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 pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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