

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr.tłuszczu		
2026-04-13 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20 g Sałatka z kalafiora i pomidora 80 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> ) Banan 1szt. 1 szt Sałatka z kalafiora i pomidora 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20 g Sałatka z kalafiora i pomidora 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszena długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata z kalafiora i pomidora 80 g Sałata zielona 20 g Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	
		Obiad	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami# 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z serem 370 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami# 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami# 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami# 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Wartość energetyczna: 2223.43 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 57.15 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 356.37 g; W tym cukry: 87.77 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2386.41 kcal; Białko ogółem: 103.47 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 378.68 g; W tym cukry: 97.17 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 5.28 g;			Wartość energetyczna: 2333.53 kcal; Białko ogółem: 113.14 g; Tłuszcz: 54.86 g; Kw. tł. nasy.: 17.14 g; Węglowodany ogółem: 368.64 g; W tym cukry: 85.63 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2101.04 kcal; Białko ogółem: 115.44 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; W tym cukry: 44.27 g; Błonnik pok.: 39.90 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2275.29 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 57.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 367.74 g; W tym cukry: 87.85 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2328.17 kcal; Białko ogółem: 99.79 g; Tłuszcz: 57.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 372.65 g; W tym cukry: 94.54 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2355.39 kcal; Białko ogółem: 113.08 g; Tłuszcz: 53.11 g; Kw. tł. nasy.: 15.69 g; Węglowodany ogółem: 379.84 g; W tym cukry: 81.61 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 9.51 g;	

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr.tłuszczu		
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2</u> ), Pasta z twarogu i warzyw 60 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Pomidor 100 g, Jabłko 150 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2</u> ), Pasta z twarogu i warzyw 60 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Pomidor 100 g, Jabłko 1 szt 1szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pasta z twarogu i warzyw 60 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Pomidor 100 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2</u> ), Pasta z twarogu i warzyw 60 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Pomidor 100 g, Jabłko 1 szt 1szt, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2</u> ), Pasta z twarogu i warzyw 60 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Pomidor 100 g, Jabłko 1 szt 1szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2</u> ), Pasta z twarogu i warzyw 60 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Pomidor 100 g, Jabłko 1 szt 1szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g, Pasta z twarogu i warzyw 60 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Pomidor 80 g, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt, Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )	
		Obiad	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Bitka schabowa pieczona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos meksykański 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Ryż na sypko 200 g, Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Bitka schabowa duszona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos własny 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ryż na sypko 200 g, Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g, Ziemniaki gotowane 200 g, Marchew gotowana (bez oleju) 200 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Bitka schabowa duszona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos własny 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Bitka schabowa pieczona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos meksykański 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Ryż na sypko 200 g, Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Bitka schabowa duszona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos własny 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ryż na sypko 200 g, Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g, Ziemniaki gotowane 200 g, Marchew gotowana (bez oleju) 200 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka # 150 g ( <u>SEL</u> ), Rzepa biała 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Pomidor 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt, Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Pomidor 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka # 150 g ( <u>SEL</u> ), Rzepa biała 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka # 170 g ( <u>SEL</u> ), Rzepa biała 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 70 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Pomidor 100 g, Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml, Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Wartość energetyczna: 2307.12 kcal; Białko ogółem: 112.87 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 316.33 g; W tym cukry: 70.87 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2274.14 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.70 g; Węglowodany ogółem: 307.93 g; W tym cukry: 70.35 g; Błonnik pok.: 20.57 g; Sól: 6.59 g;			Wartość energetyczna: 2133.76 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 16.66 g; Węglowodany ogółem: 329.37 g; W tym cukry: 62.03 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2193.74 kcal; Białko ogółem: 114.18 g; Tłuszcz: 78.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 285.51 g; W tym cukry: 55.04 g; Błonnik pok.: 39.86 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2372.90 kcal; Białko ogółem: 114.48 g; Tłuszcz: 76.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 331.40 g; W tym cukry: 70.76 g; Błonnik pok.: 33.85 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2358.67 kcal; Białko ogółem: 115.72 g; Tłuszcz: 73.41 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 322.82 g; W tym cukry: 70.12 g; Błonnik pok.: 20.57 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2166.26 kcal; Białko ogółem: 102.46 g; Tłuszcz: 53.30 g; Kw. tł. nasy.: 15.43 g; Węglowodany ogółem: 339.52 g; W tym cukry: 56.90 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sól: 8.55 g;	

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr.tłuszczu
Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasztet Jana,wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 100 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasztet Jana,wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Obiad	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kotlet mielony drobiowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet drobiowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet drobiowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kotlet mielony drobiowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kotlet mielony drobiowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet drobiowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet drobiowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g ( <u>RYB.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g ( <u>RYB.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g ( <u>RYB.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g ( <u>RYB.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 80 g ( <u>RYB.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 80 g ( <u>RYB.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 80 g ( <u>RYB.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2533.64 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz: 90.06 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 351.95 g; W tym cukry: 91.89 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 2251.60 kcal; Białko ogółem: 99.13 g; Tłuszcz: 61.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 336.03 g; W tym cukry: 96.47 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2314.47 kcal; Białko ogółem: 98.20 g; Tłuszcz: 52.20 g; Kw. tł. nasy.: 16.01 g; Węglowodany ogółem: 378.17 g; W tym cukry: 92.62 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 1946.20 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 272.02 g; W tym cukry: 44.63 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2595.29 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz: 89.54 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 368.69 g; W tym cukry: 91.43 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 2313.25 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 61.25 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 352.77 g; W tym cukry: 96.01 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 2346.12 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 49.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.34 g; Węglowodany ogółem: 394.75 g; W tym cukry: 88.06 g; Błonnik pok.: 27.71 g; Sól: 6.73 g;

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr.tłuszczu		
2026-04-16 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Musztarda 10 g ( <u>GOR</u> .) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> .) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> .) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR</u> .) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> .) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR</u> .) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR</u> .) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> .) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Musztarda 10 g ( <u>GOR</u> .) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> .) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Musztarda 10 g ( <u>GOR</u> .) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> .) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> .) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR</u> .) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW</u> .) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> .) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR</u> .) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
		Obiad	Ziemniaczana # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> .) Sałatka szwedzka z olejem b/c 200 g ( <u>GOR</u> .) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> .) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany # (bez oleju) 200 g ( <u>SEL</u> .) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> .) Sałatka szwedzka z olejem b/c 200 g ( <u>GOR</u> .) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> .) Sałatka szwedzka z olejem b/c 200 g ( <u>GOR</u> .) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> .) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany # (bez oleju) 200 g ( <u>SEL</u> .) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> .) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 70 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> .) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 70 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL</u> .) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Wartość energetyczna: 2296.49 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 86.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 289.87 g; W tym cukry: 64.15 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 10.83 g;	Wartość energetyczna: 2134.55 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 301.30 g; W tym cukry: 62.10 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 6.61 g;			Wartość energetyczna: 2173.72 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 50.41 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; W tym cukry: 56.33 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 1972.76 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 68.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 273.59 g; W tym cukry: 48.99 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 2350.65 kcal; Białko ogółem: 97.38 g; Tłuszcz: 88.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 298.54 g; W tym cukry: 63.13 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 11.20 g;	Wartość energetyczna: 2188.70 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 309.97 g; W tym cukry: 61.07 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2197.87 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; Tłuszcz: 49.63 g; Kw. tł. nasy.: 15.15 g; Węglowodany ogółem: 350.18 g; W tym cukry: 51.21 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sól: 8.51 g;	

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr.tłuszczu							
2026-04-17 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Dżem 60 g Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> .) Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> .) Dżem 60 g Sałata zielona 30 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> .) Sałata zielona 30 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> .) Sałata zielona 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> .) Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> .) Dżem 60 g Sałata zielona 30 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> .) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> .) Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt						
		Obiad	Szpinakowa z zacierką # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ryba smażona (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g ( <u>SEL</u> .) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 200 g ( <u>SEL</u> .) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ryba smażona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ryba smażona (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g ( <u>SEL</u> .) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g ( <u>SEL</u> .) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 200 g ( <u>SEL</u> .) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt				
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 60 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> .) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 60 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> .) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z białek z koperkiem 60 g ( <u>JAJ, MLE</u> .) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 60 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> .) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> .) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> .) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z białek z koperkiem 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> .) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g	Wartość energetyczna: 2254.41 kcal; Białko ogółem: 96.42 g; Tłuszcz: 69.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 334.76 g; W tym cukry: 110.58 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 2201.44 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 325.13 g; W tym cukry: 111.07 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 2331.10 kcal; Białko ogółem: 121.50 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 344.72 g; W tym cukry: 80.90 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 1879.45 kcal; Białko ogółem: 108.45 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 247.74 g; W tym cukry: 50.55 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sól: 6.40 g;

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr.tłuszczu		
2026-04-18 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z buraka 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pasta z buraka 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z buraka 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pasta z buraka 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
		Obiad	Koperkowa z ryżem # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Filet z kurczaka pieczony 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Filet z kurczaka pieczony 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 70 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Wartość energetyczna: 2097.01 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 65.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 299.73 g; W tym cukry: 61.46 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 2057.74 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 63.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.82 g; Węglowodany ogółem: 284.24 g; W tym cukry: 71.73 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sól: 8.26 g;			Wartość energetyczna: 2168.39 kcal; Białko ogółem: 106.76 g; Tłuszcz: 56.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 327.86 g; W tym cukry: 64.91 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 1960.16 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 63.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 273.42 g; W tym cukry: 46.78 g; Błonnik pok.: 33.24 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2152.35 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 66.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 273.56 g; W tym cukry: 60.47 g; Błonnik pok.: 33.70 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 2122.79 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 65.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 295.65 g; W tym cukry: 71.10 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2203.43 kcal; Białko ogółem: 106.71 g; Tłuszcz: 56.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 339.11 g; W tym cukry: 60.18 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sól: 9.84 g;	

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatw. przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu		
2026-04-19 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 20 g Rzepa biała 80 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ), Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ), Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> ), Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ), Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ), Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ), Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
		Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Filet zapiekany drobiowy 70 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Filet zapiekany drobiowy 70 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Wartość energetyczna: 2412.90 kcal; Białko ogółem: 129.22 g; Tłuszcz: 85.20 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 300.71 g; W tym cukry: 82.64 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2450.49 kcal; Białko ogółem: 134.83 g; Tłuszcz: 82.51 g; Kw. tł. nasy.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 301.36 g; W tym cukry: 83.90 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sól: 6.73 g;			Wartość energetyczna: 2577.13 kcal; Białko ogółem: 134.89 g; Tłuszcz: 73.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 357.77 g; W tym cukry: 83.07 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2178.63 kcal; Białko ogółem: 134.46 g; Tłuszcz: 83.36 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 244.40 g; W tym cukry: 44.72 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2466.87 kcal; Białko ogółem: 133.20 g; Tłuszcz: 85.37 g; Kw. tł. nasy.: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 310.89 g; W tym cukry: 81.85 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2504.45 kcal; Białko ogółem: 138.80 g; Tłuszcz: 82.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 311.54 g; W tym cukry: 83.11 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2595.99 kcal; Białko ogółem: 135.70 g; Tłuszcz: 71.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.73 g; Węglowodany ogółem: 367.30 g; W tym cukry: 77.69 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 7.86 g;	

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	
2026-04-20 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u> ) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na mleku obiad 300 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na mleku obiad 300 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na mleku obiad 300 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
			Kolacja	Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z sera żółtego i brokuła 60 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i brokuła 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu i brokuła 60 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z sera żółtego i brokuła 60 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z sera żółtego i brokuła 80 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2255.78 kcal; Białko ogółem: 75.45 g; Tłuszcz: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 373.14 g; W tym cukry: 82.00 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2265.07 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 382.07 g; W tym cukry: 87.61 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 2122.63 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 54.45 g; Kw. tł. nasy.: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 325.57 g; W tym cukry: 60.14 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2061.30 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 265.69 g; W tym cukry: 43.68 g; Błonnik pok.: 33.00 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2337.06 kcal; Białko ogółem: 76.76 g; Tłuszcz: 68.57 g; Kw. tł. nasy.: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 382.33 g; W tym cukry: 81.18 g; Błonnik pok.: 29.09 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2323.91 kcal; Białko ogółem: 81.87 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 391.32 g; W tym cukry: 86.95 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sól: 4.49 g;	Wartość energetyczna: 2151.46 kcal; Białko ogółem: 100.90 g; Tłuszcz: 54.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; Węglowodany ogółem: 334.66 g; W tym cukry: 55.38 g; Błonnik pok.: 27.60 g; Sól: 6.81 g;	

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo. przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu		
2026-04-21 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Gruszka 1szt. 150 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Makaron drobny na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron drobny na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
		Obiad	Grochowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mieso drobiowe duszone z udźca 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mieso drobiowe duszone z udźca 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Kalań gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Sałata zielona 20 g Kalań gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Kalań gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Kalań gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Sałata zielona 20 g Kalań gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Sałata zielona 20 g Kalań gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Wartość energetyczna: 2603.34 kcal; Białko ogółem: 110.90 g; Tłuszcz: 81.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 365.28 g; W tym cukry: 86.49 g; Błonnik pok.: 40.37 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2313.67 kcal; Białko ogółem: 102.03 g; Tłuszcz: 65.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 349.05 g; W tym cukry: 92.20 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 5.95 g;			Wartość energetyczna: 2226.28 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 56.62 g; Kw. tł. nasy.: 18.10 g; Węglowodany ogółem: 344.51 g; W tym cukry: 55.28 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2302.56 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 77.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 322.93 g; W tym cukry: 50.94 g; Błonnik pok.: 41.88 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2777.02 kcal; Białko ogółem: 119.24 g; Tłuszcz: 85.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.23 g; Węglowodany ogółem: 391.63 g; W tym cukry: 94.09 g; Błonnik pok.: 40.95 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2487.35 kcal; Białko ogółem: 110.38 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 375.40 g; W tym cukry: 99.80 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2236.88 kcal; Białko ogółem: 104.20 g; Tłuszcz: 54.05 g; Kw. tł. nasy.: 16.45 g; Węglowodany ogółem: 356.49 g; W tym cukry: 50.43 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 7.82 g;	

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr.tłuszczu		
2026-04-22 środa	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g ( <u>MLE</u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g ( <u>MLE</u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ), Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g ( <u>MLE</u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
		Obiad	Grysikowa # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Eskalopka z kurczaka 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Ziemniaki gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Filet z kurczaka gotowany 120 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos brokułowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Dyńia duszona * (bez oleju) 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos brokułowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ziemniaki gotowane 200 g Eskalopka z kurczaka 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Filet z kurczaka gotowany 120 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos brokułowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki gotowane 200 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Dyńia duszona * (bez oleju) 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ), Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Sałata z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata z pomidorów i koperku 100 g	Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Sałata z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ), Sałata z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 70 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Sałata z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2109.00 kcal; Białko ogółem: 89.24 g; Tłuszcz: 79.65 g; Kw. tł. nasy.: 27.98 g; Węglowodany ogółem: 280.31 g; W tym cukry: 66.08 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 8.98 g;	Wartość energetyczna: 2063.27 kcal; Białko ogółem: 109.58 g; Tłuszcz: 54.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 293.84 g; W tym cukry: 72.83 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2095.23 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 43.09 g; Kw. tł. nasy.: 13.12 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; W tym cukry: 56.37 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 1844.40 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 249.12 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sól: 9.52 g;	Wartość energetyczna: 2183.24 kcal; Białko ogółem: 90.85 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 293.92 g; W tym cukry: 65.03 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2118.91 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 54.25 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 306.18 g; W tym cukry: 71.48 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2120.87 kcal; Białko ogółem: 114.79 g; Tłuszcz: 40.87 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; Węglowodany ogółem: 337.48 g; W tym cukry: 50.92 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 7.54 g;		

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo. przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu		
2026-04-23 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
		Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z tofu i marchewki 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z tofu i marchewki 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z tofu i marchewki 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z tofu i marchewki 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z tofu i marchewki 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Wartość energetyczna: 2249.05 kcal; Białko ogółem: 115.29 g; Tłuszcz: 60.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 333.68 g; W tym cukry: 93.21 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2286.41 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 330.94 g; W tym cukry: 88.96 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 5.38 g;			Wartość energetyczna: 2137.36 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz: 48.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.19 g; Węglowodany ogółem: 336.58 g; W tym cukry: 49.59 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2017.80 kcal; Białko ogółem: 118.50 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 278.02 g; W tym cukry: 56.52 g; Błonnik pok.: 35.77 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2388.86 kcal; Białko ogółem: 120.88 g; Tłuszcz: 63.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 355.53 g; W tym cukry: 100.53 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 7.00 g;	Wartość energetyczna: 2335.32 kcal; Białko ogółem: 120.41 g; Tłuszcz: 60.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 342.28 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 5.34 g;	Wartość energetyczna: 2156.23 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 46.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.64 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; W tym cukry: 44.21 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 7.61 g;	

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr.tłuszczu		
2026-04-24 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Miód (25g) 2 szt Serek Fromage 50g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Pomidor 100g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Serek twarogowy homogenizowany 60g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 100g Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u> ), Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 150g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 100g Miód (25g) 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Serek twarogowy homogenizowany 60g ( <u>MLE</u> ), Serek Fromage 50g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Pomidor 100g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u> ), Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Serek Fromage 50g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Pomidor 100g Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Serek twarogowy homogenizowany 60g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 100g Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Bułka pszenna długa krojona 150g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 100g Miód (25g) 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
		Obiad	Kalaflorowa z ryżem # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), Ryba smażona (Morszczuk) 120g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Ziemniaki gotowane 200g Surówka żydowska z olejem 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalaflorowa z ryżem # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), Ryba pieczona (Morszczuk) 120g ( <u>RYB</u> ), Ziemniaki gotowane 200g Warzywa po grecku # 200g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryżowa # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), Ryba pieczona (Morszczuk) 120g ( <u>RYB</u> ), Ziemniaki gotowane 200g Warzywa po grecku # (bez oleju) 200g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalaflorowa z ryżem # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), Ryba pieczona (Morszczuk) 120g ( <u>RYB</u> ), Ziemniaki gotowane 200g Warzywa po grecku # 200g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalaflorowa z ryżem # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), Ryba smażona (Morszczuk) 120g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Ziemniaki gotowane 200g Surówka żydowska z olejem 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalaflorowa z ryżem # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), Ryba pieczona (Morszczuk) 120g ( <u>RYB</u> ), Ziemniaki gotowane 200g Warzywa po grecku # 200g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryżowa # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), Ryba pieczona (Morszczuk) 120g ( <u>RYB</u> ), Ziemniaki gotowane 200g Warzywa po grecku # (bez oleju) 200g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Ogórek kiszony 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Pomidor 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150g ( <u>GLU PSZ</u> ), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Piersz gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony,drobiowy,parzony,wędzony. 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100g	Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Ogórek kiszony 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Ogórek kiszony 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Pomidor 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Wartość energetyczna: 2358.81 kcal; Białko ogółem: 91.33 g; Tłuszcz: 90.14 g; Kw. tł. nasy.: 38.74 g; Węglowodany ogółem: 315.22 g; W tym cukry: 95.68 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2156.70 kcal; Białko ogółem: 100.67 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 315.79 g; W tym cukry: 106.43 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sól: 4.88 g;			Wartość energetyczna: 2266.28 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 14.92 g; Węglowodany ogółem: 368.28 g; W tym cukry: 99.20 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2010.72 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 76.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 248.15 g; W tym cukry: 49.17 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2443.97 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 91.48 g; Kw. tł. nasy.: 38.89 g; Węglowodany ogółem: 330.32 g; W tym cukry: 95.57 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2241.86 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 379.25 g; W tym cukry: 106.33 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2290.18 kcal; Białko ogółem: 106.34 g; Tłuszcz: 46.68 g; Kw. tł. nasy.: 13.30 g; Węglowodany ogółem: 379.25 g; W tym cukry: 94.71 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 6.73 g;	

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr.tłuszczu			
2026-04-25 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pasta z twarogu i brokuła 60 g ( <u>MLE</u> , Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pasta z twarogu i brokuła 60 g ( <u>MLE</u> , Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pasta z twarogu i brokuła 60 g ( <u>MLE</u> , Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pasta z twarogu i brokuła 60 g ( <u>MLE</u> , Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> , Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pasta z twarogu i brokuła 60 g ( <u>MLE</u> , Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pasta z twarogu i brokuła 60 g ( <u>MLE</u> , Banan 1szt. 1 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu i brokuła 60 g ( <u>MLE</u> , Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz # 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta # 150 g ( <u>MLE, SEL</u> , Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta # 150 g ( <u>MLE, SEL</u> , Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Sałatka z ryżu pełnoziarnistego, brokułów i wędliny drob wieprz # 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz # 170 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta # 170 g ( <u>MLE, SEL</u> , Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta # 150 g ( <u>MLE, SEL</u> , Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
			Obiad	Selerowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> , Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> , Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> , Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> , Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
				Wartość energetyczna: 2239.93 kcal; Białko ogółem: 84.40 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 342.04 g; W tym cukry: 88.14 g; Błonnik pok.: 31.60 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2235.99 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 62.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 348.80 g; W tym cukry: 90.67 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2313.22 kcal; Białko ogółem: 102.17 g; Tłuszcz: 52.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 379.11 g; W tym cukry: 85.33 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2034.08 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz: 71.47 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 290.59 g; W tym cukry: 49.77 g; Błonnik pok.: 35.17 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2300.66 kcal; Białko ogółem: 84.43 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 356.52 g; W tym cukry: 88.40 g; Błonnik pok.: 34.24 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2287.13 kcal; Białko ogółem: 87.97 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 363.36 g; W tym cukry: 90.99 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2314.69 kcal; Białko ogółem: 98.36 g; Tłuszcz: 50.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.87 g; Węglowodany ogółem: 390.02 g; W tym cukry: 81.14 g; Błonnik pok.: 32.93 g; Sól: 8.48 g;

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo. przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu			
2026-04-26 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo pomidorowy 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo pomidorowy 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo pomidorowy 60 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo pomidorowy 60 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo pomidorowy 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo pomidorowy 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo pomidorowy 60 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Kasza manna na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )		
		Obiad	Pomidorowa z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kotlet schabowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Kapusta zasmażana 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Schab pieczony w jarzynach 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany * (bez oleju) 200 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kotlet schabowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kotlet schabowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Kapusta zasmażana 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Schab pieczony w jarzynach 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany * (bez oleju) 200 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
				Wartość energetyczna: 2222.50 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 72.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 310.13 g; W tym cukry: 72.85 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2060.06 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 54.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 293.85 g; W tym cukry: 69.79 g; Błonnik pok.: 17.61 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 2173.71 kcal; Białko ogółem: 109.84 g; Tłuszcz: 50.58 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 340.82 g; W tym cukry: 57.80 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 1861.66 kcal; Białko ogółem: 107.05 g; Tłuszcz: 54.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.82 g; Węglowodany ogółem: 255.24 g; W tym cukry: 41.50 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2274.25 kcal; Białko ogółem: 107.69 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 321.01 g; W tym cukry: 72.16 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2111.81 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 55.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 304.73 g; W tym cukry: 69.10 g; Błonnik pok.: 18.21 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2200.06 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 48.82 g; Kw. tł. nasy.: 15.29 g; Węglowodany ogółem: 352.65 g; W tym cukry: 53.53 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 6.35 g;

		BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-04-13 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.woda, wędzona, pieczona, parzona 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ</u> ) Twaróg półtusty 60g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2010.14 kcal; Białko ogółem: 110.30 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; Węglowodany ogółem: 274.90 g; W tym cukry: 36.92 g; Błonnik pok.: 39.90 g; Sól: 8.46 g;

		BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ</u> , może zawierać: <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2</u> ) Pasta z twarogu i warzyw 60 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Bitka schabowa duszona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos własny 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Galaretkę drobiową z udźcem z kurczaka # 150 g ( <u>SEL</u> ) Rzepa biała 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2102.84 kcal; Białko ogółem: 109.04 g; Tłuszcz: 75.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 275.00 g; W tym cukry: 47.69 g; Błonnik pok.: 39.86 g; Sól: 6.73 g;

		BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-04-15 środa	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Twaróg półtłusty 60g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100g Gruszka 1szt. 150g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Pulpet drobiowy 120g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 200g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60g ( <u>RYB</u> ) Sałata zielona 20g Pomidor 80g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 1855.30 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 261.51 g; W tym cukry: 37.28 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 7.88 g;

		BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-04-16 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60g ( <u>MLE</u> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR</u> ) Pomidor 100g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Ziemniaczana # 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300g ( <u>SEL, GLU JECZ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 200g ( <u>GOR</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Sałatka jarzynowa - dieta 100g ( <u>MLE, SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 1881.86 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 65.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 263.08 g; W tym cukry: 41.64 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sól: 9.40 g;

		BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodan ów
2026-04-17 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Szpinakowa z zacierką # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> <u>MLE</u> ) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 60 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 1788.55 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 59.01 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 237.23 g; W tym cukry: 43.20 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sól: 6.23 g;

BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	
2026-04-18 sobota	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<b><u>MLE</u></b>)                  Chleb Graham 100g (<b><u>GLU PSZ</u></b>)                  Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<b><u>MLE</u></b>)                  Szyńka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50g (<b><u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ</u></b>)                  Serek śmietankowy naturalny 60g (<b><u>MLE</u></b>)                  Ogórek kiszony 100g                  Jabłko 1 szt 1 szt                  Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	<p><b>Obiad</b></p> <p>Koperkowa z ryżem # 350 ml (<b><u>MLE, SEL</u></b>)                  Filet z kurczaka gotowany 120g                  Sos ziołowy* 100 ml (<b><u>GLU PSZ, SEL</u></b>)                  Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g                  Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200g                  Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb Graham 100g (<b><u>GLU PSZ</u></b>)                  Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<b><u>MLE</u></b>)                  Pasta z soczewicy czerwonej 70g                  Sałata zielona 20g                  Pomidor 80g                  Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	<p>Wartość energetyczna: 1869.26 kcal; Białko ogółem: 98.10 g;                  Tłuszcz: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 262.91 g; W tym cukry: 39.43 g;                  Błonnik pok.: 33.24 g; Sól: 8.78 g;</p>

		BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodan ów
2026-04-19 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g ( <b>może zawierać:</b> <b>MLE, GOR</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 20g Rzepa biała 80g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Udko gotowane 1szt. 210g Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2087.73 kcal; Białko ogółem: 129.32 g; Tłuszcz: 80.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 233.89 g; W tym cukry: 37.37 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 6.69 g;

		BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-04-20 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50g ( <b>SOJ</b> , <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2</b> ) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 100g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120g Sos szpinakowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z sera żółtego i brokuła 60g ( <b>JAJ, MLE, GOR</b> ) Pomidor 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 1970.40 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 255.18 g; W tym cukry: 36.33 g; Błonnik pok.: 33.00 g; Sól: 7.94 g;

		BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-04-21 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100g Gruszka 1szt. 150g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <b>GLU JECZ</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60g ( <b>RYB, SEL</b> ) Kalańior gotowany* 80g Sałata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2211.66 kcal; Białko ogółem: 107.24 g; Tłuszcz: 74.39 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 312.42 g; W tym cukry: 43.59 g; Błonnik pok.: 41.88 g; Sól: 6.20 g;

		BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-04-22 środa	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony.parzony 50g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR</b> ) Serek homo. naturalny 60g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20g Rzepa biała 80g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Grycikowa # 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Filet z kurczaka gotowany 120g Sos brokułowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ziemniaki gotowane 200g
	Kolacja	Chleb Graham 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony.parzony 50g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR</b> ) Sałatka z pomidorów i koperku 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 1753.50 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 53.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 238.61 g; W tym cukry: 35.72 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sól: 9.35 g;

BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodan ów	
2026-04-23 czwartek	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<b>MLE</b>) Chleb Graham 100g (<b>GLU PSZ</b>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE</b>) Filet zapiekany drobiowy 50g (<b>MLE</b>) Serek homo z natką pietruszki 60g (<b>MLE</b>) Pomidor 100g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	<p><b>Obiad</b></p> <p>Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>) Schab pieczony w rękawie 120g Sos własny 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>) Makaron pełnoziarnisty 200g (<b>GLU PSZ</b>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200g (<b>SEL</b>) Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb Graham 100g (<b>GLU PSZ</b>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE</b>) Pasta z tofu i marchewki 60g (<b>SOJ</b>) Papryka świeża 80g Sałata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
<p>Wartość energetyczna: 1926.90 kcal; Białko ogółem: 113.36 g; Tłuszcz: 58.01 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 267.51 g; W tym cukry: 49.17 g; Błonnik pok.: 35.77 g; Sól: 6.22 g;</p>	

		BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodan ów
2026-04-24 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b><u>MLE</u></b> ) Chleb Graham 100g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b><u>MLE</u></b> ) Serek twarogowy homogenizowany 60g ( <b><u>MLE</u></b> ) Serek Fromage 50g ( <b><u>GLUPSZ</u></b> , <b><u>MLE</u></b> ) Jabiko 1 szt 1 szt Pomidor 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml ( <b><u>MLE SEL</u></b> ) Ziemniaki gotowane 200g Ryba pieczona (Morszczuk) 120g ( <b><u>RYB</u></b> ) Warzywa po grecku # 200g ( <b><u>GLU</u></b> , <b><u>PSZ SEL</u></b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 100g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b><u>MLE</u></b> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60g ( <b><u>JAJ MLE</u></b> ) Ogórek kiszony 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 1919.82 kcal; Białko ogółem: 100.20g; Tłuszcz: 73.87g; Kw. tł. nasy.: 37.25g; Węglowodany ogółem: 237.64g; W tym cukry: 41.82g; Błonnik pok.: 27.89g; Sól: 7.19g;

		BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodan ów
2026-04-25 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szyńka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pasta z twarogu i brokuła 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Selerowa z ziemniakami # 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Sałatka z ryżu pełnoziarnistego, brokułów i wędliny drob wieprz # 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 1943.18 kcal; Białko ogółem: 80.61 g; Tłuszcz: 68.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 280.08 g; W tym cukry: 42.42 g; Błonnik pok.: 35.17 g; Sól: 7.09 g;

		BB- BCO WYS Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-04-26 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <u>MLE</u> ) Serek homo pomidorowy 60g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 100g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Schab pieczony w jarzynach 120g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 200g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek z koperkiem 60g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20g Pomidor 80g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 1770.76 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 51.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 244.73 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 6.97 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,