

		KRK- JEJ D01 Podstawowa	KRK- JEJ D02 Łatwo strawna	KRK- JEJ D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-03-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 80 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Curry dyniowe z ciecierzycą 150 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos koperkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Brokułowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos koperkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)
	PD			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt			

		KRK- JEĐ D01 Podstawowa	KRK- JEĐ D02 Łatwo strawna	KRK- JEĐ D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos szpinakowy* 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Solferino 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos szpinakowy* 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos szpinakowy* 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 80 g
	PN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g

		KRK- JEĐ D01 Podstawowa	KRK- JEĐ D02 Łatwo strawna	KRK- JEĐ D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-04-01 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwikła z chrzanem 150 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane -drobno tarte 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane-drobno tarte (bez cukru) 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g		Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33L 1 szt			

		KRK- JEĐ D01 Podstawowa	KRK- JEĐ D02 Łatwo strawna	KRK- JEĐ D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z marchwi i selera b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>)
	PD			Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt			

		KRK- JEĐ D01 Podstawowa	KRK- JEĐ D02 Łatwo strawna	KRK- JEĐ D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-04-03 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Dyniowa z makaronem 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba smażona (Dorsz) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z ryby (Dorsz) 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos koperkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Dyniowa z makaronem 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet z ryby (Dorsz) 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos koperkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)
	PD			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g		Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 80 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt			

		KRK- JEĐ D01 Podstawowa	KRK- JEĐ D02 Łatwo strawna	KRK- JEĐ D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g	Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE. SEL.) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (GLU PSZ. MLE.) Sos bazyliowy* 70 ml (GLU PSZ. SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE. SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (GLU PSZ. MLE.) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ. SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE. SEL.) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (GLU PSZ. MLE.) Sos bazyliowy* 70 ml (GLU PSZ. SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g		Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			

		KRK- JEĐ D01 Podstawowa	KRK- JEĐ D02 Łatwo strawna	KRK- JEĐ D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Żurek z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet schabowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Cwikła z chrzanem 150 g (<u>MLE, SOZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cwikła z chrzanem b/c 150 g (<u>MLE, SOZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa kminkowa Ojca Grzegorza-gruborozdrobniona, wędzona, parzona 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		

		KRK- JEĐ D01 Podstawowa	KRK- JEĐ D02 Łatwo strawna	KRK- JEĐ D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (MLE , GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Połędwica Sopočka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (MLE , GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Połędwica Sopočka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ ,) Chleb Graham 130 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Połędwica Sopočka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (GLU PSZ , JAJ, SEL ,) Ziemniaki gotowane 250 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ ,)	Rosół z makaronem 400 ml (GLU PSZ , JAJ, SEL ,) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ ,)	Rosół z makaronem 400 ml (GLU PSZ , JAJ, SEL ,) Ziemniaki gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 120 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ ,)
	Kolacja	Salatka jarzynowa 80 g (JAJ, MLE , SEL, GOR ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Salatka jarzynowa - dieta 80 g (MLE , SEL ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Salatka jarzynowa - dieta 80 g (MLE , SEL ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR ,) Chleb Graham 130 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN		Banan 70 g	

		KRK- JEĐ D01 Podstawowa	KRK- JEĐ D02 Łatwo strawna	KRK- JEĐ D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g	Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym z/c 70 ml (MLE.) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym z/c 70 ml (MLE.) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowy naturalny 70 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt			

		KRK- JEĐ D01 Podstawowa	KRK- JEĐ D02 Łatwo strawna	KRK- JEĐ D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-04-08 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Mandarynka 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Banan 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Mandarynka 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Kefir 2% tł 200 ml (MLE.)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ.) Filet z kurczaka pieczony 70 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 70 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ.) Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos pomidorowy 70 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ.) Filet z kurczaka pieczony 70 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 70 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Biszkopty b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 60 g (RYB, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	

		KRK- JEĐ D01 Podstawowa	KRK- JEĐ D02 Łatwo strawna	KRK- JEĐ D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.)	Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Pomidor 80 g
	II ŚN			Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 250 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wp 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 250 g (GLU PSZ.) Sos boloński -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 250 g (GLU PSZ.) Sos boloński -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kefir 2% tł 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z fasoli 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z fasoli 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			

		KRK- JEĐ D01 Podstawowa	KRK- JEĐ D02 Łatwo strawna	KRK- JEĐ D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 40 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 40 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny 400 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JEĆZ.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet z ryby (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 400 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JEĆZ.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku 150 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 400 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JEĆZ.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN		Banan 70 g		

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztecik Ciecchanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g	Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi 150 g (MLE.)	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 200 ml (MLE.)
	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt		

		KRK- JEĐ D01 Podstawowa	KRK- JEĐ D02 Łatwo strawna	KRK- JEĐ D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)	Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)
	II ŚN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet schabowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos koperkowy () 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos koperkowy () 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			

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,