

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) 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.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) 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.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) 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.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, 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	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (GLU PSZ, MLE.) Sos bazyliowy* 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, 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 2,5% 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.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Banan 1szt. 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2459.71 kcal; Białko ogółem: 80.19 g; Tłuszcz: 66.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 413.39 g; W tym cukry: 100.98 g; Błonnik pok.: 41.15 g; Sód: 3136.02 mg;	Wartość energetyczna: 2359.01 kcal; Białko ogółem: 71.56 g; Tłuszcz: 65.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 393.62 g; W tym cukry: 97.22 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sód: 3316.08 mg;	Wartość energetyczna: 2320.31 kcal; Białko ogółem: 86.81 g; Tłuszcz: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 377.56 g; W tym cukry: 75.14 g; Błonnik pok.: 42.49 g; Sód: 2840.60 mg;

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-08-04 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>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos własny 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos własny 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos własny 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 150 ml
	Kolacja	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>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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>) Pasta warzywna 80 g (<u>SEL.</u>) 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2041.97 kcal; Białko ogółem: 73.77 g; Tłuszcz: 48.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 348.60 g; W tym cukry: 69.56 g; Błonnik pok.: 24.09 g; Sód: 2845.91 mg;	Wartość energetyczna: 2107.59 kcal; Białko ogółem: 73.66 g; Tłuszcz: 52.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 355.01 g; W tym cukry: 71.54 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sód: 2772.46 mg;	Wartość energetyczna: 1967.46 kcal; Białko ogółem: 82.45 g; Tłuszcz: 49.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 331.39 g; W tym cukry: 58.79 g; Błonnik pok.: 35.58 g; Sód: 2756.64 mg;

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-08-05 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb Graham 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode gotowane 250 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 70 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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.) Paprykarz szczeciński 70 g (RYB, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2133.61 kcal; Białko ogółem: 68.96 g; Tłuszcz: 58.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 358.67 g; W tym cukry: 85.96 g; Błonnik pok.: 24.09 g; Sód: 3511.40 mg;	Wartość energetyczna: 2074.35 kcal; Białko ogółem: 67.23 g; Tłuszcz: 55.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.20 g; Węglowodany ogółem: 352.70 g; W tym cukry: 85.62 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sód: 3215.81 mg;	Wartość energetyczna: 2120.79 kcal; Białko ogółem: 81.53 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 342.44 g; W tym cukry: 75.86 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sód: 3216.54 mg;

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-08-06 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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	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>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	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>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Arbuz 200 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem 80 g (<u>SEL.</u>) 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>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem 80 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2165.58 kcal; Białko ogółem: 69.20 g; Tłuszcz: 61.28 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 362.84 g; W tym cukry: 64.52 g; Błonnik pok.: 34.33 g; Sód: 3864.28 mg;	Wartość energetyczna: 2073.53 kcal; Białko ogółem: 69.79 g; Tłuszcz: 60.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 334.52 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sód: 2942.47 mg;	Wartość energetyczna: 2129.81 kcal; Białko ogółem: 81.65 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 342.87 g; W tym cukry: 71.22 g; Błonnik pok.: 36.18 g; Sód: 2532.81 mg;

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) 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>) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 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	Szpinakowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Ryba smażona (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kefir 2% tł 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>) 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 1szt. 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2318.13 kcal; Białko ogółem: 70.41 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 395.98 g; W tym cukry: 127.26 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sód: 2594.31 mg;	Wartość energetyczna: 2238.02 kcal; Białko ogółem: 67.77 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 390.30 g; W tym cukry: 122.90 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sód: 2880.43 mg;	Wartość energetyczna: 2243.23 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 67.06 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 348.87 g; W tym cukry: 95.95 g; Błonnik pok.: 36.09 g; Sód: 2691.47 mg;

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwostrys. węglowodanów
2026-08-08 sobota	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 świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	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 Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	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 świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Pasztet z soczewicy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Pasztet z soczewicy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2312.84 kcal; Białko ogółem: 66.60 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 364.73 g; W tym cukry: 82.84 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sód: 4044.99 mg;	Wartość energetyczna: 1998.05 kcal; Białko ogółem: 68.82 g; Tłuszcz: 56.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; W tym cukry: 73.38 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sód: 3419.06 mg;	Wartość energetyczna: 2257.39 kcal; Białko ogółem: 90.70 g; Tłuszcz: 75.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 340.36 g; W tym cukry: 64.99 g; Błonnik pok.: 39.96 g; Sód: 2794.33 mg;

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-08-09 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>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Udko gotowane 1szt. 210 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</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>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) 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	Wafle ryżowe 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2375.24 kcal; Białko ogółem: 113.69 g; Tłuszcz: 89.91 g; Kw. tł. nasy.: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 299.83 g; W tym cukry: 63.28 g; Błonnik pok.: 22.52 g; Sód: 3336.10 mg;	Wartość energetyczna: 2361.83 kcal; Białko ogółem: 116.36 g; Tłuszcz: 77.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.18 g; Węglowodany ogółem: 317.82 g; W tym cukry: 57.22 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sód: 3058.30 mg;	Wartość energetyczna: 2261.40 kcal; Białko ogółem: 123.32 g; Tłuszcz: 79.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.24 g; Węglowodany ogółem: 293.12 g; W tym cukry: 55.00 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sód: 2646.03 mg;

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 70 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 70 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 70 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Gruszka 1szt. 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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>) Pasta z brokuła * 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>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2230.14 kcal; Białko ogółem: 66.50 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 384.25 g; W tym cukry: 87.89 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sód: 2669.52 mg;	Wartość energetyczna: 2221.58 kcal; Białko ogółem: 67.61 g; Tłuszcz: 54.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 385.40 g; W tym cukry: 83.43 g; Błonnik pok.: 27.26 g; Sód: 2879.66 mg;	Wartość energetyczna: 2112.71 kcal; Białko ogółem: 73.67 g; Tłuszcz: 50.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 373.35 g; W tym cukry: 66.82 g; Błonnik pok.: 37.84 g; Sód: 2159.95 mg;

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-08-11 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 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>) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (<u>RYB. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</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>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Buleczka plecionka z makiem 40g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2419.49 kcal; Białko ogółem: 87.14 g; Tłuszcz: 71.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 382.06 g; W tym cukry: 53.98 g; Błonnik pok.: 32.90 g; Sód: 2962.07 mg;	Wartość energetyczna: 2109.71 kcal; Białko ogółem: 75.02 g; Tłuszcz: 51.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 358.52 g; W tym cukry: 47.87 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sód: 3378.90 mg;	Wartość energetyczna: 2184.55 kcal; Białko ogółem: 84.72 g; Tłuszcz: 65.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; W tym cukry: 61.52 g; Błonnik pok.: 36.84 g; Sód: 2863.98 mg;

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-08-12 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) 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>) Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 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	Grycikowa 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Eskalopka z kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazylkowy 70 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazylkowy 70 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 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>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. może zawierać: OZI. SEL. GOR. SEZ.</u>) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Cwikła z jabłkiem 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>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2219.29 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz: 59.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 369.83 g; W tym cukry: 100.78 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sód: 3016.64 mg;	Wartość energetyczna: 2041.37 kcal; Białko ogółem: 77.96 g; Tłuszcz: 39.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; Węglowodany ogółem: 367.29 g; W tym cukry: 99.77 g; Błonnik pok.: 22.11 g; Sód: 3067.23 mg;	Wartość energetyczna: 1965.67 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz: 44.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; Węglowodany ogółem: 334.51 g; W tym cukry: 74.82 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sód: 2726.95 mg;

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-08-13 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>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatk 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kefir 2% tł 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>) Paszтет z ciecierzycy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 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>) 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2321.19 kcal; Białko ogółem: 75.98 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 351.66 g; W tym cukry: 69.90 g; Błonnik pok.: 33.05 g; Sód: 3242.80 mg;	Wartość energetyczna: 2128.89 kcal; Białko ogółem: 73.36 g; Tłuszcz: 57.31 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 349.69 g; W tym cukry: 64.98 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sód: 3266.91 mg;	Wartość energetyczna: 2172.85 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 66.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 338.60 g; W tym cukry: 65.50 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sód: 3057.84 mg;

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</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 40 g (<u>MLE</u> ,) Powidła śliwkowe 40 g Arbuz 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</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 40 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 40 g Arbuz 200 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> ,) Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Arbuz 200 g
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki młode gotowane 250 g Kotlet z ryby (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ,) Surówka z kapusty młodej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki młode gotowane 250 g Ryba pieczona (Miruna) 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	Ryżowa 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki młode gotowane 250 g Ryba pieczona (Miruna) 70 g (<u>RYB</u> ,) Surówka z kapusty młodej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% 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	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2343.93 kcal; Białko ogółem: 73.03 g; Tłuszcz: 66.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 387.53 g; W tym cukry: 100.64 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sód: 2661.74 mg;	Wartość energetyczna: 2147.72 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz: 50.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 371.72 g; W tym cukry: 100.51 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sód: 2655.56 mg;	Wartość energetyczna: 2041.96 kcal; Białko ogółem: 85.57 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 321.60 g; W tym cukry: 62.35 g; Błonnik pok.: 33.19 g; Sód: 2278.71 mg;

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 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 Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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 Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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 Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	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.) Sałatka wiosenna () 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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.) 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.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałatka wiosenna () 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2090.65 kcal; Białko ogółem: 65.47 g; Tłuszcz: 57.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 355.54 g; W tym cukry: 89.78 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sód: 3212.25 mg;	Wartość energetyczna: 2096.68 kcal; Białko ogółem: 63.85 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; Węglowodany ogółem: 364.54 g; W tym cukry: 85.75 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sód: 3252.64 mg;	Wartość energetyczna: 2114.68 kcal; Białko ogółem: 77.46 g; Tłuszcz: 61.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 351.78 g; W tym cukry: 78.69 g; Błonnik pok.: 36.04 g; Sód: 2957.28 mg;

		KRK- JĘD D01 Podstawowa	KRK- JĘD D02 Łatwo strawna	KRK- JĘD D03 Z ogr. łatwoprzys. węglowodanów
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	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 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Kotlet schabowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mizeria 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mizeria 150 g (<u>MLE.</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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Jabłko 150 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Jabłko 150 g
		Wartość energetyczna: 2074.05 kcal; Białko ogółem: 73.22 g; Tłuszcz: 63.35 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 323.39 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sód: 3160.41 mg;	Wartość energetyczna: 1887.50 kcal; Białko ogółem: 81.71 g; Tłuszcz: 41.44 g; Kw. tł. nasy.: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 315.87 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sód: 2860.47 mg;	Wartość energetyczna: 1840.77 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 48.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; Węglowodany ogółem: 283.66 g; W tym cukry: 51.84 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sód: 2572.02 mg;

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,