

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-03 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr. wędz. parz w osłone niejadalnej) 60 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Papryka świeża 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 100 g	Płatki jęczminne na wodzie 300 ml (<u>GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 100 g Pomidor 100 g	Płatki jęczminne na wodzie 300 ml (<u>GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 100 g Pomidor 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g
	II SN			Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE</u>)		Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE</u>)
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 20 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 35 g
PN		Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Młs tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2465.70 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 69.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 398.46 g; W tym cukry: 68.44 g; Błonnik pok.: 37.91 g; Sód: 3665.86 mg;	Wartość energetyczna: 2274.47 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz: 56.40 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 372.97 g; W tym cukry: 62.41 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sód: 3765.31 mg;	Wartość energetyczna: 2402.48 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 395.29 g; W tym cukry: 58.80 g; Błonnik pok.: 53.88 g; Sód: 3461.63 mg;	Wartość energetyczna: 1778.74 kcal; Białko ogółem: 64.98 g; Tłuszcz: 40.06 g; Kw. tł. nasy.: 9.44 g; Węglowodany ogółem: 308.63 g; W tym cukry: 54.17 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sód: 2987.10 mg;	Wartość energetyczna: 2056.72 kcal; Białko ogółem: 80.14 g; Tłuszcz: 59.17 g; Kw. tł. nasy.: 14.14 g; Węglowodany ogółem: 362.42 g; W tym cukry: 46.28 g; Błonnik pok.: 53.95 g; Sód: 3568.00 mg;	Wartość energetyczna: 2694.25 kcal; Białko ogółem: 117.00 g; Tłuszcz: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 416.61 g; W tym cukry: 71.37 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sód: 4466.55 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-04 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u> .) Rzepa biała 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u> .) Twaróg półtłusty 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u> .) Rzepa biała 100 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u> .) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u> .) Rzepa biała 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u> .) Jabłko pieczone 150 g
	II SN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	Wafle ryżowe 30 g
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 180 g Czwartka z kurczaka pieczona 130 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 180 g Czwartka z kurczaka gotowana 130 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 180 g Czwartka z kurczaka gotowana 130 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 180 g Czwartka z kurczaka gotowana 130 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 180 g Czwartka z kurczaka gotowana 130 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 180 g Czwartka z kurczaka gotowana 130 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ</u> .) Salata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ</u> .) Salata zielona 10 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u> .)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> .) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> .) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> .) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u> .) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u> .) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> .) Pomidor 100 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u> .)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u> .)
		Wartość energetyczna: 2525.62 kcal; Białko ogółem: 119.61 g; Tłuszcz: 89.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 336.20 g; W tym cukry: 61.58 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sód: 3333.12 mg;	Wartość energetyczna: 2501.34 kcal; Białko ogółem: 121.99 g; Tłuszcz: 77.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 345.31 g; W tym cukry: 73.49 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sód: 2845.32 mg;	Wartość energetyczna: 2593.83 kcal; Białko ogółem: 123.14 g; Tłuszcz: 90.63 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 371.49 g; W tym cukry: 70.15 g; Błonnik pok.: 49.92 g; Sód: 3337.83 mg;	Wartość energetyczna: 2149.90 kcal; Białko ogółem: 100.65 g; Tłuszcz: 63.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 321.29 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sód: 3059.34 mg;	Wartość energetyczna: 2216.51 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 69.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 348.15 g; W tym cukry: 50.67 g; Błonnik pok.: 49.92 g; Sód: 3288.65 mg;	Wartość energetyczna: 2670.24 kcal; Białko ogółem: 129.40 g; Tłuszcz: 79.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 377.20 g; W tym cukry: 80.96 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sód: 2937.72 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g
	II SN			Śliwka 150 g		Śliwka 150 g	Banan 150 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g	Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g	Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>)
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2288.41 kcal; Białko ogółem: 68.23 g; Tłuszcz: 53.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.84 g; Węglowodany ogółem: 409.90 g; W tym cukry: 69.79 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sód: 3914.44 mg;	Wartość energetyczna: 2266.69 kcal; Białko ogółem: 69.79 g; Tłuszcz: 47.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.39 g; Węglowodany ogółem: 410.20 g; W tym cukry: 70.45 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sód: 2851.43 mg;	Wartość energetyczna: 2228.10 kcal; Białko ogółem: 71.89 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 419.58 g; W tym cukry: 69.56 g; Błonnik pok.: 54.10 g; Sód: 3878.68 mg;	Wartość energetyczna: 2077.51 kcal; Białko ogółem: 81.13 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tł. nasy.: 13.22 g; Węglowodany ogółem: 326.98 g; W tym cukry: 27.37 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sód: 2767.43 mg;	Wartość energetyczna: 2186.70 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 15.04 g; Węglowodany ogółem: 362.30 g; W tym cukry: 35.09 g; Błonnik pok.: 50.19 g; Sód: 3625.13 mg;	Wartość energetyczna: 2654.36 kcal; Białko ogółem: 85.44 g; Tłuszcz: 52.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; Węglowodany ogółem: 480.59 g; W tym cukry: 124.58 g; Błonnik pok.: 33.23 g; Sód: 3340.96 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-06 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g	Makaron pełnoziarnisty na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g
	II SN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł. z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią kurczaka-wędł. z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 100 g
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Salata zielona 10 g	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2399.37 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 393.11 g; W tym cukry: 92.17 g; Błonnik pok.: 39.15 g; Sód: 3030.74 mg;	Wartość energetyczna: 2272.72 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 55.32 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 369.77 g; W tym cukry: 82.53 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sód: 2883.85 mg;	Wartość energetyczna: 2581.46 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 76.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 433.15 g; W tym cukry: 73.19 g; Błonnik pok.: 60.47 g; Sód: 3493.90 mg;	Wartość energetyczna: 1999.57 kcal; Białko ogółem: 76.04 g; Tłuszcz: 45.98 g; Kw. tł. nasy.: 9.87 g; Węglowodany ogółem: 338.45 g; W tym cukry: 62.40 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sód: 2712.79 mg;	Wartość energetyczna: 2251.75 kcal; Białko ogółem: 92.03 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 13.23 g; Węglowodany ogółem: 390.36 g; W tym cukry: 41.64 g; Błonnik pok.: 57.33 g; Sód: 3323.96 mg;	Wartość energetyczna: 2606.22 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 57.67 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 417.12 g; W tym cukry: 102.58 g; Błonnik pok.: 31.26 g; Sód: 3028.85 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-07 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Dżem 25 g Sałata zielona 35 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Dżem 25 g Sałata zielona 35 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Sałata zielona 35 g	Ryż na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Polejdwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ) Dżem 25 g Sałata zielona 35 g	Ryż na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Polejdwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ) Sałata zielona 35 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Dżem 25 g Sałata zielona 35 g
	II SN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	Banan 150 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (SEL, GLU JECZ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ, SEL) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (SEL, GLU JECZ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ) Sos brokułowy () bez mleka 80 ml (GLU PSZ, SEL) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Sałata zielona 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Maślanka 200 ml (MLE)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszet drobiowy z kurnej półki 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Papryka świeża 100 g	Pasta z cukinii i marchewki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Papryka świeża 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Papryka świeża 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadanej 40 g (SOJ) Pasta z cukinii i marchewki 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadanej 40 g (SOJ) Papryka świeża 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Pasta z cukinii i marchewki 100 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Młs tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2062.39 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 50.31 g; Kw. tł. nasy.: 14.06 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; W tym cukry: 64.88 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sód: 3586.50 mg;	Wartość energetyczna: 2118.79 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 45.34 g; Kw. tł. nasy.: 14.71 g; Węglowodany ogółem: 347.80 g; W tym cukry: 71.23 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sód: 2791.38 mg;	Wartość energetyczna: 2223.46 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 55.48 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 378.40 g; W tym cukry: 53.42 g; Błonnik pok.: 46.95 g; Sód: 4435.94 mg;	Wartość energetyczna: 1855.22 kcal; Białko ogółem: 77.70 g; Tłuszcz: 38.57 g; Kw. tł. nasy.: 7.19 g; Węglowodany ogółem: 323.34 g; W tym cukry: 50.81 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sód: 3051.63 mg;	Wartość energetyczna: 2033.02 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Tłuszcz: 47.52 g; Kw. tł. nasy.: 9.80 g; Węglowodany ogółem: 370.36 g; W tym cukry: 41.00 g; Błonnik pok.: 50.77 g; Sód: 3431.77 mg;	Wartość energetyczna: 2408.29 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 51.64 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 392.75 g; W tym cukry: 109.43 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sód: 2983.38 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-08 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 100 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 100 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u> .) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g
	II SN			Gruszka 150 g		Gruszka 150 g	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE</u> .)
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> .) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u> .)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> .) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> .) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u> .) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u> .) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> .) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u> .) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u> .) Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u> .) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u> .) Sałata zielona 10 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> .) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> .) Pomidor 100 g	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> .) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pomidor 100 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 100 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> .) Twarożek 60 g (<u>MLE</u> .) Pomidor 100 g
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> .)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Młks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE</u> .) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u> .) Sałata zielona 10 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u> .) Sałata zielona 10 g	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> .)
		Wartość energetyczna: 2316.51 kcal; Białko ogółem: 85.04 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 379.78 g; W tym cukry: 63.10 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sód: 4449.52 mg;	Wartość energetyczna: 2399.46 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 59.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 394.96 g; W tym cukry: 64.83 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sód: 3656.48 mg;	Wartość energetyczna: 2323.23 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 66.51 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 392.92 g; W tym cukry: 64.61 g; Błonnik pok.: 54.24 g; Sód: 4569.64 mg;	Wartość energetyczna: 1923.22 kcal; Białko ogółem: 69.15 g; Tłuszcz: 44.38 g; Kw. tł. nasy.: 9.87 g; Węglowodany ogółem: 331.00 g; W tym cukry: 53.30 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sód: 3182.22 mg;	Wartość energetyczna: 2119.41 kcal; Białko ogółem: 76.04 g; Tłuszcz: 56.59 g; Kw. tł. nasy.: 11.68 g; Węglowodany ogółem: 376.87 g; W tym cukry: 43.96 g; Błonnik pok.: 53.61 g; Sód: 4480.55 mg;	Wartość energetyczna: 2802.05 kcal; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 72.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 439.63 g; W tym cukry: 73.34 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sód: 4295.69 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-09 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 35 g	Kasza jaglana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 35 g Jabłko 150 g	Kasza jaglana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 35 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 35 g
	II SN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>)	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 200 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLUPSZ,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLUPSZ,</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Serek homo z natką pietruszki 40 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 10 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Młks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 2139.78 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 54.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.31 g; Węglowodany ogółem: 342.69 g; W tym cukry: 84.62 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sód: 3055.38 mg;	Wartość energetyczna: 2244.08 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 50.75 g; Kw. tł. nasy.: 18.10 g; Węglowodany ogółem: 367.61 g; W tym cukry: 95.85 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sód: 2530.90 mg;	Wartość energetyczna: 2304.55 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 65.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 368.49 g; W tym cukry: 54.18 g; Błonnik pok.: 46.22 g; Sód: 3347.80 mg;	Wartość energetyczna: 1961.07 kcal; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 43.75 g; Kw. tł. nasy.: 9.56 g; Węglowodany ogółem: 327.11 g; W tym cukry: 63.31 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sód: 2795.31 mg;	Wartość energetyczna: 2056.49 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw. tł. nasy.: 12.52 g; Węglowodany ogółem: 340.85 g; W tym cukry: 30.39 g; Błonnik pok.: 46.39 g; Sód: 3814.85 mg;	Wartość energetyczna: 2493.67 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 58.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 391.08 g; W tym cukry: 113.00 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sód: 3672.93 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-10 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe (kied drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 60 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z brokuła * 100 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siałce niejadalnej 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Pasta z brokuła * 100 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siałce niejadalnej 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Pasta z brokuła * 100 g	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z brokuła * 100 g	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z brokuła * 100 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siałce niejadalnej 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siałce niejadalnej 20 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Pasta z brokuła * 100 g
	II SN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2527.51 kcal; Białko ogółem: 79.10 g; Tłuszcz: 84.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 363.84 g; W tym cukry: 68.49 g; Błonnik pok.: 37.64 g; Sód: 3994.57 mg;	Wartość energetyczna: 2302.54 kcal; Białko ogółem: 81.75 g; Tłuszcz: 53.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.85 g; Węglowodany ogółem: 368.17 g; W tym cukry: 77.22 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sód: 3689.97 mg;	Wartość energetyczna: 2430.88 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 83.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 389.60 g; W tym cukry: 60.54 g; Błonnik pok.: 57.71 g; Sód: 4027.90 mg;	Wartość energetyczna: 1872.96 kcal; Białko ogółem: 67.69 g; Tłuszcz: 40.98 g; Kw. tł. nasy.: 7.55 g; Węglowodany ogółem: 338.49 g; W tym cukry: 51.90 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sód: 3461.69 mg;	Wartość energetyczna: 2026.42 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz: 52.56 g; Kw. tł. nasy.: 10.51 g; Węglowodany ogółem: 377.42 g; W tym cukry: 50.81 g; Błonnik pok.: 55.72 g; Sód: 4095.72 mg;	Wartość energetyczna: 2598.94 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; Tłuszcz: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 421.16 g; W tym cukry: 116.77 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sód: 3979.44 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 35 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 100 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salata zielona 35 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Papryka świeża 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 35 g
	II SN			Jabłko 150 g		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 10 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 100 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt		Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 10 g	Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2115.14 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 47.94 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 354.12 g; W tym cukry: 82.16 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sód: 2844.01 mg;	Wartość energetyczna: 2135.46 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 47.62 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 352.71 g; W tym cukry: 79.14 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sód: 2973.21 mg;	Wartość energetyczna: 2344.33 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz: 59.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 393.50 g; W tym cukry: 73.64 g; Błonnik pok.: 50.10 g; Sód: 3395.26 mg;	Wartość energetyczna: 1841.62 kcal; Białko ogółem: 78.79 g; Tłuszcz: 36.86 g; Kw. tł. nasy.: 8.14 g; Węglowodany ogółem: 321.33 g; W tym cukry: 57.41 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sód: 3160.56 mg;	Wartość energetyczna: 2054.50 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 49.14 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; Węglowodany ogółem: 368.50 g; W tym cukry: 53.22 g; Błonnik pok.: 52.56 g; Sód: 3569.81 mg;	Wartość energetyczna: 2462.63 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 56.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 395.71 g; W tym cukry: 93.69 g; Błonnik pok.: 36.04 g; Sód: 3464.16 mg;

		SIE- SOK D01 Podstawowa	SIE- SOK D02 Łatwostrawna	SIE- SOK D03 Z org. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- SOK D02/ML Bezmleczna	SIE- SOK D03/ML Z org. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- SOK D07 Bogatobiałkowa
2026-10-12 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml (<u>GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńka z pierśią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńka z pierśią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml (<u>GLU JECZ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g
	II SN			Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 120 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 120 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 120 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD			Jabłko 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 10 g	
	Kolejca	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 35 g
	PN	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>)	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>)	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 1981.18 kcal; Białko ogółem: 67.54 g; Tłuszcz: 46.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.48 g; Węglowodany ogółem: 355.18 g; W tym cukry: 55.98 g; Błonnik pok.: 42.05 g; Sód: 3043.45 mg;	Wartość energetyczna: 2047.35 kcal; Białko ogółem: 71.02 g; Tłuszcz: 46.12 g; Kw. tł. nasy.: 14.66 g; Węglowodany ogółem: 360.83 g; W tym cukry: 59.35 g; Błonnik pok.: 33.38 g; Sód: 3044.42 mg;	Wartość energetyczna: 2185.02 kcal; Białko ogółem: 80.85 g; Tłuszcz: 56.20 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 392.51 g; W tym cukry: 60.62 g; Błonnik pok.: 58.61 g; Sód: 3363.84 mg;	Wartość energetyczna: 1861.41 kcal; Białko ogółem: 63.16 g; Tłuszcz: 38.36 g; Kw. tł. nasy.: 7.17 g; Węglowodany ogółem: 348.41 g; W tym cukry: 46.67 g; Błonnik pok.: 33.38 g; Sód: 2946.84 mg;	Wartość energetyczna: 2019.67 kcal; Białko ogółem: 73.82 g; Tłuszcz: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 10.17 g; Węglowodany ogółem: 383.73 g; W tym cukry: 42.56 g; Błonnik pok.: 61.80 g; Sód: 3660.49 mg;	Wartość energetyczna: 2482.22 kcal; Białko ogółem: 97.85 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 407.41 g; W tym cukry: 68.73 g; Błonnik pok.: 36.42 g; Sód: 3635.56 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-03 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 40 g (<u>SOJ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 60 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Papryka świeża 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>)
	II SN			Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE.</u>)	Jabłko 150 g		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Jabłko pieczone 150 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. mielona 40 g (<u>SOJ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Sałata zielona 35 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>)
PN		Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)					Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2247.79 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.03 g; Węglowodany ogółem: 371.72 g; W tym cukry: 62.17 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sód: 3439.90 mg;	Wartość energetyczna: 2245.60 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 56.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 365.58 g; W tym cukry: 56.88 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sód: 3821.32 mg;	Wartość energetyczna: 2364.47 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 59.40 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 382.27 g; W tym cukry: 68.71 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sód: 3859.81 mg;	Wartość energetyczna: 2807.90 kcal; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 75.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 461.15 g; W tym cukry: 107.99 g; Błonnik pok.: 40.29 g; Sód: 3629.52 mg;	Wartość energetyczna: 2667.87 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 63.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 447.58 g; W tym cukry: 101.96 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sód: 3856.98 mg;	Wartość energetyczna: 1815.43 kcal; Białko ogółem: 64.63 g; Tłuszcz: 41.49 g; Kw. tł. nasy.: 10.79 g; Węglowodany ogółem: 315.33 g; W tym cukry: 43.29 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sód: 3203.16 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-04 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u> .) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody mielona 40 g (<u>SOJ.</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u> .) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u> .) Rzepa biała 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u> .) Salata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u> .)
	II SN			Wafle ryżowe 30 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 90 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE</u> .) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 90 g (<u>GLU PSZ</u> .) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 90 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD				Maślanka 150 ml (<u>MLE</u> .)		Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> .)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u> .) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE</u> .) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> .) Pomidor b/skórki 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> .)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u> .) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u> .) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u> .) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> .) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> .)
	PN			Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u> .)			Biskopky b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u> .)
		Wartość energetyczna: 2332.49 kcal; Białko ogółem: 111.16 g; Tłuszcz: 62.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 344.98 g; W tym cukry: 75.13 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sód: 2366.51 mg;	Wartość energetyczna: 2148.00 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 61.43 g; Kw. tł. nasy.: 19.91 g; Węglowodany ogółem: 326.28 g; W tym cukry: 54.43 g; Błonnik pok.: 19.97 g; Sód: 3150.14 mg;	Wartość energetyczna: 2644.34 kcal; Białko ogółem: 124.97 g; Tłuszcz: 86.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 369.77 g; W tym cukry: 71.99 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sód: 3180.05 mg;	Wartość energetyczna: 2613.24 kcal; Białko ogółem: 126.10 g; Tłuszcz: 89.17 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 361.92 g; W tym cukry: 83.18 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sód: 3433.65 mg;	Wartość energetyczna: 2521.52 kcal; Białko ogółem: 128.55 g; Tłuszcz: 77.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 354.25 g; W tym cukry: 81.01 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sód: 2944.74 mg;	Wartość energetyczna: 2047.14 kcal; Białko ogółem: 81.17 g; Tłuszcz: 56.38 g; Kw. tł. nasy.: 15.75 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; W tym cukry: 49.44 g; Błonnik pok.: 20.09 g; Sód: 2922.94 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor b/škórki 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej mielona 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 40 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>)
	II SN			Śliwka 150 g		Banan 150 g	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Kolacja	Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>)
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)					Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2051.55 kcal; Białko ogółem: 71.24 g; Tłuszcz: 37.58 g; Kw. tł. nasy.: 13.81 g; Węglowodany ogółem: 372.55 g; W tym cukry: 63.30 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sód: 2358.36 mg;	Wartość energetyczna: 2181.80 kcal; Białko ogółem: 67.25 g; Tłuszcz: 43.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 396.54 g; W tym cukry: 62.43 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sód: 2747.63 mg;	Wartość energetyczna: 2357.48 kcal; Białko ogółem: 74.94 g; Tłuszcz: 48.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 426.96 g; W tym cukry: 83.53 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sód: 3199.38 mg;	Wartość energetyczna: 2576.16 kcal; Białko ogółem: 79.72 g; Tłuszcz: 58.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 460.68 g; W tym cukry: 108.35 g; Błonnik pok.: 37.95 g; Sód: 3649.95 mg;	Wartość energetyczna: 2626.44 kcal; Białko ogółem: 81.87 g; Tłuszcz: 52.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 478.68 g; W tym cukry: 124.60 g; Błonnik pok.: 33.23 g; Sód: 2585.44 mg;	Wartość energetyczna: 1922.98 kcal; Białko ogółem: 69.22 g; Tłuszcz: 40.40 g; Kw. tł. nasy.: 12.34 g; Węglowodany ogółem: 338.48 g; W tym cukry: 44.76 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sód: 2863.93 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-06 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL,</u>)	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosos) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosos) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosos) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>)
	II SN			Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Solferino () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLUPSZ,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 90 g (<u>GLUPSZ,</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLUPSZ,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml		Solferino () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLUPSZ,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD					Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLUPSZ,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE,</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 40 g (<u>SOJ,</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>)
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt					Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>)
		Wartość energetyczna: 2245.90 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Tłuszcz: 49.39 g; Kw. tł. nasy.: 15.67 g; Węglowodany ogółem: 369.44 g; W tym cukry: 84.17 g; Błonnik pok.: 25.26 g; Sód: 2491.50 mg;	Wartość energetyczna: 2258.46 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasy.: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 356.71 g; W tym cukry: 69.62 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sód: 2882.92 mg;	Wartość energetyczna: 2693.77 kcal; Białko ogółem: 101.80 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 431.67 g; W tym cukry: 113.26 g; Błonnik pok.: 38.25 g; Sód: 3202.26 mg;	Wartość energetyczna: 2774.87 kcal; Białko ogółem: 96.15 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 439.75 g; W tym cukry: 112.22 g; Błonnik pok.: 42.85 g; Sód: 3267.36 mg;	Wartość energetyczna: 2648.22 kcal; Białko ogółem: 97.38 g; Tłuszcz: 62.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; Węglowodany ogółem: 416.42 g; W tym cukry: 102.58 g; Błonnik pok.: 31.26 g; Sód: 3120.46 mg;	Wartość energetyczna: 2038.35 kcal; Białko ogółem: 73.79 g; Tłuszcz: 46.62 g; Kw. tł. nasy.: 14.49 g; Węglowodany ogółem: 351.11 g; W tym cukry: 54.30 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sód: 3103.63 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-07 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Serek homo. naturalny 60 g (MLE ,) Dżem 25 g Salata zielona 35 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek homo. naturalny 60 g (MLE ,) Dżem 25 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek homo. naturalny 60 g (MLE ,) Dżem 25 g Salata zielona 35 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek homo. naturalny 60 g (MLE ,) Dżem 25 g Salata zielona 35 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek homo. naturalny 60 g (MLE ,) Dżem 25 g Salata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ ,) Dżem 25 g
	II SN			Banan 150 g Maślanka 200 ml (MLE ,)	Banan 150 g		Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ ,) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ ,) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ ,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ ,) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (MLE ,) Filet z kurczaka pieczony rozdrobniony 100 g (GLU PSZ ,) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ ,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ ,) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ ,) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ ,) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ ,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,)	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ ,) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ ,) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ ,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ ,) Ziemniaki gotowane () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ ,) Sos brokułowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ ,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Maślanka 200 ml (MLE ,)		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (- może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR ,)
	Kolacja	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ ,) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (MLE ,) Pasta z cukinii i marchewki 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej mielona 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR ,)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Pasta z cukinii i marchewki 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Papryka świeża 100 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,) Pasta z cukinii i marchewki 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 40 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR ,)
PN		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2092.79 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 39.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.43 g; Węglowodany ogółem: 347.66 g; W tym cukry: 73.00 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sód: 2399.38 mg;	Wartość energetyczna: 2055.81 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 42.12 g; Kw. tł. nasy.: 14.51 g; Węglowodany ogółem: 339.93 g; W tym cukry: 67.00 g; Błonnik pok.: 21.70 g; Sód: 2529.94 mg;	Wartość energetyczna: 2257.29 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 47.91 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; Węglowodany ogółem: 374.21 g; W tym cukry: 101.39 g; Błonnik pok.: 22.97 g; Sód: 4236.07 mg;	Wartość energetyczna: 2315.82 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 49.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 386.30 g; W tym cukry: 112.88 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sód: 4212.42 mg;	Wartość energetyczna: 2441.62 kcal; Białko ogółem: 110.41 g; Tłuszcz: 50.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.18 g; Węglowodany ogółem: 400.90 g; W tym cukry: 119.23 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sód: 3048.87 mg;	Wartość energetyczna: 1836.78 kcal; Białko ogółem: 79.25 g; Tłuszcz: 34.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.79 g; Węglowodany ogółem: 318.49 g; W tym cukry: 61.67 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sód: 2850.13 mg;

	SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-08 czwartek	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ</u> ,)
II SN			Gruszka 150 g		Jabłko pieczone 150 g	
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE</u> ,) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 90 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u> ,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Marchewkowa z ziemniakami (bez mleka) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u> ,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
PD				Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u> ,)		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u> ,)
Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Mięks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ,) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej mielona 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ,)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 100 g	Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ,)
PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ,)					Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ,)
	Wartość energetyczna: 2373.46 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 54.04 g; Kw. tł. nasy.: 17.49 g; Węglowodany ogółem: 394.81 g; W tym cukry: 66.60 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sód: 3264.48 mg;	Wartość energetyczna: 2413.56 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.19 g; Węglowodany ogółem: 393.17 g; W tym cukry: 61.92 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sód: 3802.15 mg;	Wartość energetyczna: 2353.13 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 50.28 g; Kw. tł. nasy.: 16.84 g; Węglowodany ogółem: 402.35 g; W tym cukry: 72.67 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sód: 4224.49 mg;	Wartość energetyczna: 2377.49 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz: 50.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.93 g; Węglowodany ogółem: 413.14 g; W tym cukry: 87.18 g; Błonnik pok.: 36.41 g; Sód: 4410.00 mg;	Wartość energetyczna: 2513.78 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz: 55.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.31 g; Węglowodany ogółem: 431.21 g; W tym cukry: 92.69 g; Błonnik pok.: 30.95 g; Sód: 3797.30 mg;	Wartość energetyczna: 1955.41 kcal; Białko ogółem: 72.97 g; Tłuszcz: 52.38 g; Kw. tł. nasy.: 14.58 g; Węglowodany ogółem: 317.12 g; W tym cukry: 44.81 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sód: 3183.05 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-09 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 35 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 35 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>)
	II SN			Jabłko 150 g			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (- <u>może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR,</u>)
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) rozdrobniona 90 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>)	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 130 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)		Jabłko pieczone 150 g
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLUPSZ,</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>)
PN		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2164.34 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 40.99 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 362.70 g; W tym cukry: 97.58 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sód: 2620.54 mg;	Wartość energetyczna: 2097.19 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 49.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 332.06 g; W tym cukry: 69.69 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sód: 2525.31 mg;	Wartość energetyczna: 2236.34 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; Tłuszcz: 50.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 365.25 g; W tym cukry: 96.78 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sód: 2537.16 mg;	Wartość energetyczna: 2310.49 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 58.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 369.16 g; W tym cukry: 100.84 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sód: 3145.69 mg;	Wartość energetyczna: 2414.79 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 54.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.50 g; Węglowodany ogółem: 394.08 g; W tym cukry: 112.07 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sód: 2621.21 mg;	Wartość energetyczna: 1716.45 kcal; Białko ogółem: 75.54 g; Tłuszcz: 35.57 g; Kw. tł. nasy.: 9.83 g; Węglowodany ogółem: 292.49 g; W tym cukry: 55.37 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sód: 3302.57 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-10 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Pasta z brokuła * 100 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z pierśią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Pasta z brokuła * 100 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z pierśią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL</u>) Pasta z brokuła * 100 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z pierśią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Pasta z brokuła * 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.</u>)
	II SN				Jabłko 150 g		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka rozdrobniony 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD				Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Rzodkiew biała 100 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pomidor 100 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt		Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2279.44 kcal; Białko ogółem: 85.95 g; Tłuszcz: 47.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 368.02 g; W tym cukry: 79.02 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sód: 3297.97 mg;	Wartość energetyczna: 2197.93 kcal; Białko ogółem: 78.00 g; Tłuszcz: 46.73 g; Kw. tł. nasy.: 17.33 g; Węglowodany ogółem: 358.84 g; W tym cukry: 72.05 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sód: 3285.99 mg;	Wartość energetyczna: 2380.12 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 53.25 g; Kw. tł. nasy.: 16.21 g; Węglowodany ogółem: 389.37 g; W tym cukry: 92.02 g; Błonnik pok.: 36.09 g; Sód: 4070.86 mg;	Wartość energetyczna: 2525.48 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 426.62 g; W tym cukry: 119.11 g; Błonnik pok.: 41.33 g; Sód: 4060.72 mg;	Wartość energetyczna: 2534.71 kcal; Białko ogółem: 91.07 g; Tłuszcz: 56.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 421.10 g; W tym cukry: 116.98 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sód: 3830.37 mg;	Wartość energetyczna: 1994.27 kcal; Białko ogółem: 67.66 g; Tłuszcz: 33.22 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; Węglowodany ogółem: 348.15 g; W tym cukry: 64.29 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sód: 3004.52 mg;

		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 35 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ</u>)
	II SN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Wafle ryżowe 30 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE</u>) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Schab duszony 90 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Marchewkowa z ziemniakami () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD						Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona mielona 40 g (<u>SOJ</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ</u>)
PN		Przecier owocowy jabłko-banan 120g 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2109.46 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 41.70 g; Kw. tł. nasy.: 15.16 g; Węglowodany ogółem: 352.57 g; W tym cukry: 80.91 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sód: 2581.21 mg;	Wartość energetyczna: 2152.85 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 56.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 343.68 g; W tym cukry: 69.17 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sód: 2903.56 mg;	Wartość energetyczna: 2232.04 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 48.79 g; Kw. tł. nasy.: 17.70 g; Węglowodany ogółem: 371.46 g; W tym cukry: 96.95 g; Błonnik pok.: 33.37 g; Sód: 2822.22 mg;	Wartość energetyczna: 2311.11 kcal; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 49.17 g; Kw. tł. nasy.: 17.79 g; Węglowodany ogółem: 400.89 g; W tym cukry: 110.34 g; Błonnik pok.: 39.61 g; Sód: 3059.15 mg;	Wartość energetyczna: 2285.63 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 48.52 g; Kw. tł. nasy.: 17.59 g; Węglowodany ogółem: 387.57 g; W tym cukry: 106.99 g; Błonnik pok.: 36.04 g; Sód: 3097.16 mg;	Wartość energetyczna: 1957.11 kcal; Białko ogółem: 70.65 g; Tłuszcz: 41.41 g; Kw. tł. nasy.: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 347.67 g; W tym cukry: 60.93 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sód: 3134.64 mg;

2026-10-12 poniedziałek		SIE- SOK D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	SIE- SOK D10 Przetarta	SIE- SOK C01 Podstawowa	SIE- SOK P01/3 Podstawowa 10-18 lat	SIE- SOK P02/3 Łatwostrawna 10-18 lat	SIE- SOK Biegunkowa	
	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)	
	II ŚN	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>)					Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 120 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 180 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 120 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD					Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g
	Kolejca	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Miks tłuszczowy do smarowania 76% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (łosoś) () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (łosoś) () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (łosoś) () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (łosoś) () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 35 g	
	PN	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g					Wafle ryżowe 30 g	
	Wartość energetyczna: 2108.56 kcal; Białko ogółem: 88.51 g; Tłuszcz: 43.70 g; Kw. tł. nasy.: 13.64 g; Węglowodany ogółem: 360.94 g; W tym cukry: 58.17 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sód: 2648.49 mg;	Wartość energetyczna: 2021.45 kcal; Białko ogółem: 69.54 g; Tłuszcz: 45.91 g; Kw. tł. nasy.: 14.64 g; Węglowodany ogółem: 355.24 g; W tym cukry: 56.06 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sód: 3035.82 mg;	Wartość energetyczna: 2170.82 kcal; Białko ogółem: 72.69 g; Tłuszcz: 51.23 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 388.98 g; W tym cukry: 62.37 g; Błonnik pok.: 38.15 g; Sód: 3033.38 mg;	Wartość energetyczna: 2158.42 kcal; Białko ogółem: 69.39 g; Tłuszcz: 51.61 g; Kw. tł. nasy.: 15.55 g; Węglowodany ogółem: 395.31 g; W tym cukry: 76.68 g; Błonnik pok.: 45.05 g; Sód: 3053.98 mg;	Wartość energetyczna: 2224.58 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz: 51.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.72 g; Węglowodany ogółem: 400.96 g; W tym cukry: 80.05 g; Błonnik pok.: 36.38 g; Sód: 3054.94 mg;	Wartość energetyczna: 1884.55 kcal; Białko ogółem: 57.23 g; Tłuszcz: 45.33 g; Kw. tł. nasy.: 12.45 g; Węglowodany ogółem: 335.06 g; W tym cukry: 44.98 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sód: 2740.98 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,