

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2026-04-20 poniedziałek	NSACZ- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g		Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok przecierowy Kubus 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 016,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 71,1 Tłuszcz [g] 50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 341,3 w tym cukry [g] 80 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sól [g] 7,2 WW [Por] 31,8
	NSACZ- D02 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 100 g		Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok przecierowy Kubus 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 976,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 72,2 Tłuszcz [g] 41,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 336,7 w tym cukry [g] 79,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,4 Sól [g] 6,2 WW [Por] 32
	NSACZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ. może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Ogórek kiszony 20 g	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto (ryż brązowy) wegetariańskie z tofu* 300 g (SOJ, SEL.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 150 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.)	Mandarynka 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Jabłko 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 953,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 73,3 Tłuszcz [g] 60,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18 Węglowodany ogółem [g] 316,9 w tym cukry [g] 53,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,2 Sól [g] 7,5 WW [Por] 27,2
2026-04-21 wtorek	NSACZ- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Makaron na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt		Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwiń a 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 440,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,3 Tłuszcz [g] 67,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 385,8 w tym cukry [g] 82 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Sól [g] 9,5 WW [Por] 34,2

2026-04-21 wtorek	NSAČZ- D02 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Makaron na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt		Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Pomidor 100 g	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia a 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 194,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,1 Tłuszcz [g] 50,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 349,7 w tym cukry [g] 81,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sól [g] 6,2 WW [Por] 32,3
	NSAČZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Hummus 30 g (SEZ.) Pomidor 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Hummus 30 g (SEZ.) Pomidor 20 g	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.) Buraczki gotowane () b/c 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia a 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 388,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,2 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 380,2 w tym cukry [g] 84,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,9 Sól [g] 9,4 WW [Por] 33,4
2026-04-22 środa	NSAČZ- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SÓJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g		Grycikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos brokułowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 257,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,6 Tłuszcz [g] 56,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 342,3 w tym cukry [g] 47,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 10,5 WW [Por] 31,2
	NSAČZ- D02 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SÓJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g		Grycikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Ziemniaki gotowane () 200 g Sos brokułowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 186,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,8 Tłuszcz [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 315,4 w tym cukry [g] 46,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 Sól [g] 7,7 WW [Por] 29,4
	NSAČZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SÓJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SÓJ.) Ogórek kiszony 20 g	Grycikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos brokułowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.)	Paluszki z kminkiem 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 172,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,5 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 323,1 w tym cukry [g] 30,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Sól [g] 12,7 WW [Por] 28,5

2026-04-23 czwartek	NSAČZ- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g		Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 398,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,4 Tłuszcz [g] 74,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 341,9 w tym cukry [g] 63,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sól [g] 8,3 WW [Por] 30,8
	NSAČZ- D02 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g		Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 286 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,2 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 334,2 w tym cukry [g] 63,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sól [g] 7 WW [Por] 30,9
	NSAČZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami b/c () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Chrupki kukurydziane 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 226,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,4 Tłuszcz [g] 69 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 Węglowodany ogółem [g] 336,5 w tym cukry [g] 53,6 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 Sól [g] 7 WW [Por] 29
2026-04-24 piątek	NSAČZ- D01 Podstawowa	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt		Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka żydowska z olejem () 150 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 100 g	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 298 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,4 Tłuszcz [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 359,5 w tym cukry [g] 81,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sól [g] 7,1 WW [Por] 32,9
	NSAČZ- D02 Łatwo strawna	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt		Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 100 g	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 231,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,9 Tłuszcz [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 343,4 w tym cukry [g] 82,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sól [g] 5,9 WW [Por] 32,2

2026-04-24 piątek	NSAČZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>) Ogórek kiszony 20 g	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku* (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka żydowska z olejem () b/c 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 225 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,4 Tłuszcz [g] 80,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 319,6 w tym cukry [g] 51,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Sól [g] 7,9 WW [Por] 27,8
2026-04-25 sobota	NSAČZ- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem- podstawa 150 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem- podstawa 150 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem- podstawa 150 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 265 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,8 Tłuszcz [g] 66,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 342,5 w tym cukry [g] 67,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Sól [g] 9,4 WW [Por] 30,6
2026-04-25 sobota	NSAČZ- D02 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 096,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,1 Tłuszcz [g] 52,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 317,7 w tym cukry [g] 62,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sól [g] 7,4 WW [Por] 29,2
2026-04-25 sobota	NSAČZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 20 g	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 293,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,2 Tłuszcz [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 345,6 w tym cukry [g] 68,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,1 Sól [g] 9 WW [Por] 30,3

2026-04-26 niedziela	NSAČZ- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SÓL</u>) Pomidor 100 g		Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kapusta zasmażana 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Brokuł gotowany* 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 104,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,5 Tłuszcz [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 316,9 w tym cukry [g] 44,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Sól [g] 8,4 WW [Por] 28,8
	NSAČZ- D02 Latwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SÓL</u>) Pomidor 100 g		Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 90 g Ziemniaki gotowane () 200 g Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Brokuł gotowany* 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 931,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,6 Tłuszcz [g] 43,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 286,9 w tym cukry [g] 38,1 Błonnik pokarmowy [g] 19 Sól [g] 7,4 WW [Por] 26,9
	NSAČZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SÓL</u>) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SÓL</u>) Ogórek kiszony 20 g	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kapusta zasmażana (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Brokuł gotowany* 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 012,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,6 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 Węglowodany ogółem [g] 313,8 w tym cukry [g] 33,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Sól [g] 8,1 WW [Por] 27,7