

	1	2	3	4	5	6	7	
	Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA	
2026-04-27 poniedziałek	NSĄCZ- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Pomidor 100 g		Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g (RYB, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 110,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,4 Tłuszcz [g] 58,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Węglowodany ogółem [g] 337,3 w tym cukry [g] 77,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Sól [g] 8
	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) 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.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Pomidor 100 g		Brokułowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 60 g (RYB, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 981,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,2 Tłuszcz [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 301 w tym cukry [g] 69,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 7,1
	NSĄCZ- D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Brokułowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Marchew gotowana z olejem* 150 g Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (MLE, SEL.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g (RYB, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 165,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,3 Tłuszcz [g] 71,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 331,4 w tym cukry [g] 35,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,5 Sól [g] 7,6
2026-04-28 wtorek	NSĄCZ- D01 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzona wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g		Wielowarzywna z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka duszony 90 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Dyńia duszona z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Pasta drobiowo-warzywna a z udźca kurczaka* 70 g (SEL.) Pomidor 100 g	Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 255,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,1 Tłuszcz [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 355,9 w tym cukry [g] 75 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sól [g] 8,5

2026-04-28 wtorek	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonna ka wieprzowa,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Wielowarzywna z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Pasta drobiowo-warzywna a z udźca kurczaka* 70 g (SEL.) Pomidor 100 g	Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 129,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,4 Tłuszcz [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 329,3 w tym cukry [g] 73,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Sól [g] 6,7
	NSĄCZ- 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 20 g (SEZ.) Pomidor 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Hummus 20 g (SEZ.) Pomidor 20 g	Wielowarzywna z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku cytrynowym 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 drobiowo-warzywna a z udźca kurczaka* 70 g (SEL.) Pomidor 100 g	Wafle ryżowe 50 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 136,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,3 Tłuszcz [g] 61,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 340,7 w tym cukry [g] 45,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Sól [g] 8,1
2026-04-29 sroda	NSĄCZ- D01 Podstawowa	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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 kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka z pomidora i sałaty zielonej 100 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i selera () 150 g (MLE, 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 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.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 319,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,5 Tłuszcz [g] 58,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 377,1 w tym cukry [g] 61,4 Błonnik pokarmowy [g] 43 Sól [g] 8,4	
	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka z pomidora i sałaty zielonej 100 g		Gryskiwka* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 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.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 994,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92 Tłuszcz [g] 49,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 307,3 w tym cukry [g] 47 Błonnik pokarmowy [g] 23 Sól [g] 7,6

2026-04-29 środa	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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty zielonej 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () b/c 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym 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>) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 236,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,8 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 361,5 w tym cukry [g] 50,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Sól [g] 7,5
2026-04-30 czwartek	NSAČZ- D01 Podstawowa	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) 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 twarogu i cebuli 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g		Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<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>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 199,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,9 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 336,6 w tym cukry [g] 54,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 8,8
2026-04-30 czwartek	NSAČZ- D02 Łatwo strawna	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) 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 twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</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>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 237,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,4 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 326,1 w tym cukry [g] 56,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 7,2
2026-04-30 czwartek	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>) Pasta z twarogu i cebuli 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 20 g	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto z ryżem i mięsem wieprz i warzywami* 400 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kefir 2% tł 200 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>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)	Mandarynka 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 214,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,3 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 319,4 w tym cukry [g] 50,3 Błonnik pokarmowy [g] 47,6 Sól [g] 9

2026-05-01 piątek	NSAČZ- D01 Podstawowa	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 50 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Mus z jabłek prażonych 100 g		Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 542,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,1 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 380 w tym cukry [g] 98,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Sól [g] 6,5
	NSAČZ- D02 Latwo strawna	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 50 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Mus z jabłek prażonych 100 g		Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 439,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,8 Tłuszcz [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Węglowodany ogółem [g] 349,6 w tym cukry [g] 88,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Sól [g] 6,1
	NSAČZ- D03 Z ogr. latwo przys. węglowodanów	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 50 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g	Paluszki z kminkiem 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 421,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,1 Tłuszcz [g] 90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 328,3 w tym cukry [g] 67,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Sól [g] 8,8
2026-05-02 sobota	NSAČZ- D01 Podstawowa	Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kiełbasa 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		Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy. 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kalafior 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 ZYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 335,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,5 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 347,7 w tym cukry [g] 60,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Sól [g] 7

2026-05-02 sobota	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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 ,) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE ,) Pomidor 100 g	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ ,) Gulasz wieprzowy-dieta 200 g (GLU PSZ ,) Salátka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki 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 ,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE ,) Mandarynka 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 285,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,9 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 324,7 w tym cukry [g] 55,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Sól [g] 6,6	
	NSĄCZ- 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 ,) Serek a'la homogenizowany 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 30 g (MLE ,) Ogórek kiszony 20 g	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ ,) Gulasz wieprzowy. 200 g (GLU PSZ ,) Salátka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kalafior gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 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 ,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE ,) Mandarynka 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
2026-05-03 niedziela	NSĄCZ- D01 Podstawowa	Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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 ,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE ,) Kielbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ , może zawierać: MLE, SEL, GOR ,) Jabłko 1 szt 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p 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-wędzona wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Pomidor 100 g	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE ,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 697,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,5 Tłuszcz [g] 95,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 346,9 w tym cukry [g] 86,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Sól [g] 8,6	
	NSĄCZ- D02 Łatwo strawna	Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE ,) Kielbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ , może zawierać: MLE, SEL, GOR ,) Jabłko 1 szt 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ ,) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ ,) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynka piastowska-wędzona wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Pomidor 100 g	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE ,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 559 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139 Tłuszcz [g] 84 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 322,8 w tym cukry [g] 77,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 Sól [g] 8,3	

2026-05-03 niedziela	NSĄCZ- 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>) Twaróg półtłusty 50 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>) Jabłko 1 szt 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>) Sałata zielona 10 g	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Brokuł gotowany* 150 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) 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>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g	Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 584,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 137,6 Tłuszcz [g] 98,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 325,9 w tym cukry [g] 59,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Sól [g] 8,4
----------------------	--	---	---	---	--	--	--