

		GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmleczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa
2026-10-26 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Miesiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Ser żółty 50 g (MLE.) Plastry ogórka świeżego + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Miesiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Miesiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Ser żółty 50 g (MLE.) Plastry ogórka świeżego + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Miesiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z kurczaka (bez soli) 30 g Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Miesiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 60 g Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Miesiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN			Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLUPSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Mus truskawkowy + 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Makaron 200 g (GLUPSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Mus truskawkowy + 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 100 g Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Makaron 200 g (GLUPSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Mus truskawkowy + 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami* (bez soli) 300 ml (MLE, SEL.) Makaron (bez soli) 250 g (GLUPSZ.) Masa serowa do makaronu + 50 g (MLE.) Mus truskawkowy + 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 100 g Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Mus truskawkowy + 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor z olejem 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka b/c (bez oleju) + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2251.79 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 326.02 g; W tym cukry: 84.23 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sód: 4284.94 mg;	Wartość energetyczna: 2255.80 kcal; Białko ogółem: 104.13 g; Tłuszcz: 53.75 g; Kw. tł. nasy.: 17.73 g; Węglowodany ogółem: 353.47 g; W tym cukry: 104.21 g; Błonnik pok.: 20.66 g; Sód: 3032.04 mg;	Wartość energetyczna: 2211.36 kcal; Białko ogółem: 118.45 g; Tłuszcz: 82.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 288.37 g; W tym cukry: 43.94 g; Błonnik pok.: 44.11 g; Sód: 5191.74 mg;	Wartość energetyczna: 2213.75 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 48.70 g; Kw. tł. nasy.: 17.40 g; Węglowodany ogółem: 351.59 g; W tym cukry: 102.47 g; Błonnik pok.: 20.17 g; Sód: 2939.04 mg;	Wartość energetyczna: 2236.32 kcal; Białko ogółem: 78.39 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 352.60 g; W tym cukry: 93.89 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sód: 1676.72 mg;	Wartość energetyczna: 2316.40 kcal; Białko ogółem: 99.48 g; Tłuszcz: 77.97 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 316.31 g; W tym cukry: 79.90 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sód: 4220.53 mg;	Wartość energetyczna: 2325.40 kcal; Białko ogółem: 80.47 g; Tłuszcz: 77.51 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 340.37 g; W tym cukry: 100.93 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sód: 2119.24 mg;

	GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmleczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa	
2026-10-27 wtorek	Śniadanie Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Słupki papryki czerwonej + 100 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Słupki papryki czerwonej + 100 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Pasta z białek/p + 50 g (JAJ.) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Pasta z jaj (bez soli) 30 g (JAJ, MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos brokułowy- dieta + 100 g (MLE.) Surówka Colesław + 200 g (JAJ, MLE, GOR, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos brokułowy- dieta + 100 g (MLE.) Surówka Colesław + 200 g (JAJ, MLE, GOR, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos brokułowy- dieta + 100 g (MLE.) Surówka Colesław + 200 g (JAJ, MLE, GOR, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos brokułowy- dieta + 100 g (MLE.) Dylnia na parze bez oleju + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, bez soli) * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 250 g Pulpet drobiowy (bez soli) 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos brokułowy (bez mleka, bez soli) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dylnia na parze z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g (SEL.) Dylnia na parze z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka na parze (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g (JAJ.) Sos brokułowy- dieta + 100 g (MLE.) Dylnia na parze z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Twarożek z koperkiem + 100 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Twarożek z koperkiem + 100 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Twarożek z koperkiem + 100 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Twarożek z koperkiem + 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab gotowany pasta (bez soli) 30 g Twarożek z koperkiem (bez soli) 30 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pasta ze schabu w ziołach + 50 g Sałatka z pomidorów i koperku + 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Twarożek z koperkiem + 100 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 2401.31 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 101.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 294.58 g; W tym cukry: 66.40 g; Błonnik pok.: 30.44 g; Sód: 5027.18 mg;	Wartość energetyczna: 2390.50 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 97.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 289.49 g; W tym cukry: 63.54 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sód: 4457.65 mg;	Wartość energetyczna: 2480.01 kcal; Białko ogółem: 108.98 g; Tłuszcz: 107.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 312.96 g; W tym cukry: 70.36 g; Błonnik pok.: 43.77 g; Sód: 5097.13 mg;	Wartość energetyczna: 2221.34 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 77.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.74 g; Węglowodany ogółem: 291.73 g; W tym cukry: 64.91 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sód: 4083.36 mg;	Wartość energetyczna: 2078.93 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 296.31 g; W tym cukry: 53.50 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sód: 1882.58 mg;	Wartość energetyczna: 2117.92 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 82.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 265.95 g; W tym cukry: 44.25 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sód: 4527.47 mg;	Wartość energetyczna: 2324.77 kcal; Białko ogółem: 79.50 g; Tłuszcz: 113.20 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 262.71 g; W tym cukry: 52.69 g; Błonnik pok.: 30.31 g; Sód: 3420.00 mg;	

		GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmleczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa
2026-10-28 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany w ziołach plasty (bez soli) 30 g Serek ziarnisty naturalny 30 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab gotowany w ziołach plasty 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE) Pasta z groszku zielonego + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kociółek z kurczaka meksykański + 150 g (MLE) Surówka z białej kapusty z marchwią z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociółek z kurczaka meksykański + 150 g (MLE) Surówka z białej kapusty z marchwią z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez soli) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (bez soli) 250 g Potrawka drobiowa (bez soli) 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i dieta (bez mleka, bez glutenu) + 300 g (SOJ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka (bez glutenu) + 200 g (SEL.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Plastry ogórka świeżego + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Plastry ogórka świeżego + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 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.) Marchew gotowana plasty + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 30 g Surówka z marchwi z olejem b/c (bez soli) 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2213.29 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; W tym cukry: 74.54 g; Błonnik pok.: 30.57 g; Sód: 4677.38 mg;	Wartość energetyczna: 2368.57 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 72.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 337.93 g; W tym cukry: 88.02 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sód: 4565.41 mg;	Wartość energetyczna: 2348.58 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 87.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 328.55 g; W tym cukry: 58.34 g; Błonnik pok.: 53.77 g; Sód: 4759.53 mg;	Wartość energetyczna: 2240.68 kcal; Białko ogółem: 104.33 g; Tłuszcz: 62.28 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; Węglowodany ogółem: 334.34 g; W tym cukry: 84.52 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sód: 4566.87 mg;	Wartość energetyczna: 2060.69 kcal; Białko ogółem: 77.67 g; Tłuszcz: 52.21 g; Kw. tł. nasy.: 14.13 g; Węglowodany ogółem: 337.41 g; W tym cukry: 73.16 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sód: 1383.81 mg;	Wartość energetyczna: 2317.58 kcal; Białko ogółem: 101.70 g; Tłuszcz: 74.58 g; Kw. tł. nasy.: 17.77 g; Węglowodany ogółem: 327.58 g; W tym cukry: 80.13 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sód: 4374.79 mg;	Wartość energetyczna: 2456.73 kcal; Białko ogółem: 87.62 g; Tłuszcz: 95.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 328.05 g; W tym cukry: 85.62 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sód: 3946.28 mg;

		GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmleczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa
2026-10-29 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Dynia na parze z olejem + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pasta warzywna + 100 g (SEL.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 30 g Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Dżem 50 g Dynia z wody (bez soli) 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Dżem 50 g Dynia na parze z olejem + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Dynia na parze z olejem + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Hummus + 100 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 250 g (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			Krupnik jęczmienny + 250 g (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (MLE.) Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez soli) 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 250 g Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 50 g Sos pietruszkowy (bez soli)* 100 ml (GLUPSZ, MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c (bez soli) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 300 g (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szynka pieczona w plastrach + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Paprykarz z mintaja z warzywami + 30 g (RYB, SEL.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
BN		Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2136.48 kcal; Białko ogółem: 107.72 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 275.76 g; W tym cukry: 42.42 g; Błonnik pok.: 35.90 g; Sód: 4685.97 mg;	Wartość energetyczna: 2203.53 kcal; Białko ogółem: 113.63 g; Tłuszcz: 78.31 g; Kw. tł. nasy.: 15.11 g; Węglowodany ogółem: 276.65 g; W tym cukry: 47.66 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sód: 3947.87 mg;	Wartość energetyczna: 2331.95 kcal; Białko ogółem: 116.28 g; Tłuszcz: 89.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 311.07 g; W tym cukry: 47.59 g; Błonnik pok.: 52.71 g; Sód: 4685.36 mg;	Wartość energetyczna: 1986.73 kcal; Białko ogółem: 112.05 g; Tłuszcz: 56.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.11 g; Węglowodany ogółem: 275.82 g; W tym cukry: 47.59 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sód: 3974.81 mg;	Wartość energetyczna: 1996.85 kcal; Białko ogółem: 81.88 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 14.54 g; Węglowodany ogółem: 292.26 g; W tym cukry: 61.18 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sód: 1368.00 mg;	Wartość energetyczna: 2271.29 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 83.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; Węglowodany ogółem: 298.97 g; W tym cukry: 67.62 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sód: 4342.39 mg;	Wartość energetyczna: 2277.00 kcal; Białko ogółem: 99.10 g; Tłuszcz: 102.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 255.29 g; W tym cukry: 44.44 g; Błonnik pok.: 34.89 g; Sód: 3298.92 mg;

		GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmleczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa
2026-10-30 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLUPSZ, GLUŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLUŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka jarzynowa z jajkiem + 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLUPSZ, GLUŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z jajkiem + 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pasta z białek z natką pietruszki + 30 g (JAJ, MLE.) Sałatka jarzynowa* dieta (bez soli) 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLUŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morskczuka na parze + 2 [Por] x 50 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos cytrynowy + 100 g (GLUPSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morskczuka na parze + 2 [Por] x 50 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos cytrynowy + 100 g (GLUPSZ, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morskczuka na parze + 2 [Por] x 50 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos cytrynowy + 100 g (GLUPSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morskczuka na parze + 2 [Por] x 50 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos cytrynowy + 100 g (GLUPSZ, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka, bez soli) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 250 g Pulpet rybny (Morskczuk) (bez soli) 50 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos cytrynowy (bez soli) 100 ml (GLUPSZ, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 300 g (GLUPSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morskczuka na parze + 2 [Por] x 50 g (GLUPSZ, JAJ, RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem (bez glutenu) + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morskczuk na parze z/s + 100 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLUPSZ, GLUŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLUPSZ, GLUŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych (bez soli) 30 g (SEL.) Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2285.98 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 89.37 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 287.35 g; W tym cukry: 43.74 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sód: 5300.15 mg;	Wartość energetyczna: 2251.03 kcal; Białko ogółem: 112.36 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 318.02 g; W tym cukry: 75.90 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sód: 4560.23 mg;	Wartość energetyczna: 2379.63 kcal; Białko ogółem: 110.09 g; Tłuszcz: 96.96 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 305.76 g; W tym cukry: 47.86 g; Błonnik pok.: 42.32 g; Sód: 5433.70 mg;	Wartość energetyczna: 2188.92 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 58.01 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 319.35 g; W tym cukry: 77.09 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sód: 4663.12 mg;	Wartość energetyczna: 2083.99 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 60.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 312.63 g; W tym cukry: 64.04 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sód: 1700.02 mg;	Wartość energetyczna: 2121.55 kcal; Białko ogółem: 88.02 g; Tłuszcz: 70.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 65.91 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sód: 4722.70 mg;	Wartość energetyczna: 2305.06 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 297.54 g; W tym cukry: 71.70 g; Błonnik pok.: 30.30 g; Sód: 3554.94 mg;

		GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmleczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa
2026-10-31 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pasztet z soczewicy + 50 g (JAJ.) Plastry ogórka świeżego + 100g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pasztet z soczewicy + 50 g (JAJ.) Plastry ogórka świeżego + 100g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab gotowany pasta (bez soli) 30 g Ser mozzarella 30 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 40 g Dżem 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Surówka Coleslaw + 200 g (JAJ, MLE, GOR, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Surówka Coleslaw + 200 g (JAJ, MLE, GOR, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Seler gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez soli) + 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez soli) 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez soli) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c (bez soli) 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 300 g (SOJ, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JECZ.) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twarożek + 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 100 g (MLE.) Seler gotowany + 100 g (SEL.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z kurczaka (bez soli) 30 g Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 30 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Pasta z kurczaka + 50 g Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
2026-10-31 sobota	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml						
		Wartość energetyczna: 2235.30 kcal; Białko ogółem: 98.68 g; Tłuszcz: 78.59 g; Kw. tł. nasy.: 17.79 g; Węglowodany ogółem: 313.04 g; W tym cukry: 34.15 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sód: 4025.28 mg;	Wartość energetyczna: 2252.15 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 311.54 g; W tym cukry: 40.22 g; Błonnik pok.: 32.23 g; Sód: 3545.09 mg;	Wartość energetyczna: 2307.43 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 325.22 g; W tym cukry: 35.69 g; Błonnik pok.: 45.88 g; Sód: 4140.13 mg;	Wartość energetyczna: 2048.27 kcal; Białko ogółem: 111.62 g; Tłuszcz: 54.10 g; Kw. tł. nasy.: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 305.92 g; W tym cukry: 29.30 g; Błonnik pok.: 36.20 g; Sód: 3649.69 mg;	Wartość energetyczna: 1970.75 kcal; Białko ogółem: 80.06 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 281.08 g; W tym cukry: 26.74 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sód: 1413.85 mg;	Wartość energetyczna: 2284.55 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz: 79.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 318.30 g; W tym cukry: 52.64 g; Błonnik pok.: 32.46 g; Sód: 3951.36 mg;	Wartość energetyczna: 2142.35 kcal; Białko ogółem: 91.30 g; Tłuszcz: 94.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.40 g; Węglowodany ogółem: 245.15 g; W tym cukry: 40.23 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sód: 2895.94 mg;

		GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmleczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa
2026-11-01 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Plastry ogórka kiszzonego + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Marchew pieczona w słupki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Plastry ogórka kiszzonego + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Plastry ogórka kiszzonego + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek z natką pietruszki (bez soli) 50 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Marchew pieczona w słupki (bez soli) 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Marchew pieczona w słupki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Marchew pieczona w słupki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Hummus + 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet panierowany z udźca kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi i selera z olejem + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 100 g Fasolka szparagowa zielona gotowana z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 100 g Marchew gotowana plastry + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez soli)* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 250 g Pulpet wieprzowy na parze (bez soli) + 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g (JAJ.) Sos pomidorowy + 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych (bez soli) 30 g (SEL.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2201.94 kcal; Białko ogółem: 101.15 g; Tłuszcz: 90.21 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 271.08 g; W tym cukry: 40.83 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sód: 5986.49 mg;	Wartość energetyczna: 2068.71 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 62.66 g; Kw. tł. nasy.: 17.82 g; Węglowodany ogółem: 284.78 g; W tym cukry: 50.01 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sód: 4037.39 mg;	Wartość energetyczna: 2344.64 kcal; Białko ogółem: 112.85 g; Tłuszcz: 100.27 g; Kw. tł. nasy.: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 292.78 g; W tym cukry: 48.80 g; Błonnik pok.: 43.98 g; Sód: 6034.20 mg;	Wartość energetyczna: 1997.24 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 53.07 g; Kw. tł. nasy.: 16.25 g; Węglowodany ogółem: 289.92 g; W tym cukry: 57.47 g; Błonnik pok.: 30.44 g; Sód: 4604.59 mg;	Wartość energetyczna: 1886.42 kcal; Białko ogółem: 71.69 g; Tłuszcz: 61.00 g; Kw. tł. nasy.: 18.85 g; Węglowodany ogółem: 280.21 g; W tym cukry: 42.22 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sód: 1282.97 mg;	Wartość energetyczna: 2035.43 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz: 75.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 274.89 g; W tym cukry: 45.97 g; Błonnik pok.: 31.12 g; Sód: 4618.40 mg;	Wartość energetyczna: 2256.21 kcal; Białko ogółem: 86.28 g; Tłuszcz: 100.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 271.12 g; W tym cukry: 50.71 g; Błonnik pok.: 35.71 g; Sód: 3379.67 mg;

		GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmleczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa
2026-11-02 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Seler gotowany + 100 g (SEL.) Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab gotowany pasta (bez soli) 30 g Serek ziarnisty naturalny 30 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Schab gotowany w ziołach plastry 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (MLE.) Jabłka prażone + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (MLE.) Jabłka prażone + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z białej kapusty z koperkiem z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (MLE.) Jabłka prażone + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez soli) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (bez soli) 250 g Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (MLE.) Jabłka prażone + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 300 g (SOJ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z białej kapusty z koperkiem z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (MLE.) Jabłka prażone + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Marchew gotowana plastry z olejem + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Marchew gotowana plastry z olejem + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Marchew gotowana plastry + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 30 g Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem (bez soli) 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g Marchew gotowana plastry z olejem + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Marchew gotowana plastry z olejem + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2367.10 kcal; Białko ogółem: 77.49 g; Tłuszcz: 83.33 g; Kw. tł. nasy.: 30.00 g; Węglowodany ogółem: 351.83 g; W tym cukry: 95.52 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sód: 4165.71 mg;	Wartość energetyczna: 2409.40 kcal; Białko ogółem: 81.68 g; Tłuszcz: 84.35 g; Kw. tł. nasy.: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 346.52 g; W tym cukry: 99.93 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sód: 3475.89 mg;	Wartość energetyczna: 2405.34 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; Tłuszcz: 98.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 325.16 g; W tym cukry: 62.10 g; Błonnik pok.: 51.37 g; Sód: 4457.59 mg;	Wartość energetyczna: 2109.63 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz: 48.17 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; Węglowodany ogółem: 349.57 g; W tym cukry: 97.38 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sód: 3367.76 mg;	Wartość energetyczna: 2205.45 kcal; Białko ogółem: 70.52 g; Tłuszcz: 63.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 354.12 g; W tym cukry: 89.12 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sód: 1431.13 mg;	Wartość energetyczna: 2330.27 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 79.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.50 g; Węglowodany ogółem: 319.90 g; W tym cukry: 72.64 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sód: 4391.84 mg;	Wartość energetyczna: 2405.26 kcal; Białko ogółem: 61.28 g; Tłuszcz: 104.03 g; Kw. tł. nasy.: 33.29 g; Węglowodany ogółem: 320.65 g; W tym cukry: 88.41 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sód: 2378.33 mg;

	GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmleczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa	
2026-11-03 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE) Pasta z białek/p + 50 g (JAJ) Marchew gotowana plastry + 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE) Pomidor 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (JAJ, MLE) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN		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 30 g (SOJ) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE) Fasolka szparagowa zielona gotowana z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE) Fasolka szparagowa zielona gotowana z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE) Fasolka szparagowa zielona gotowana z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE) Dynia na parze bez oleju + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka, bez soli) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Sos koperkowy (bez mleka, bez soli) 100 ml (GLU PSZ) Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 300 g (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g (SEL) Fasolka szparagowa zielona gotowana z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE) Fasolka szparagowa zielona gotowana z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek różany + 100 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Plastry ogórka świeżego + 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek różany + 100 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Buraki gotowane słupki + 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek + 100 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Plastry ogórka świeżego + 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek różany + 100 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Buraki gotowane słupki + 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek różany + 30 g (MLE) Schab gotowany pasta 30 g Buraki gotowane słupki + 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta ze schabu w ziołach + 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Buraki gotowane słupki + 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek różany + 100 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Buraki gotowane słupki + 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus warzywny gruszk-pasternak 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus warzywny gruszk-pasternak 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Wartość energetyczna: 2089.53 kcal; Białko ogółem: 92.27 g; Tłuszcz: 75.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 283.09 g; W tym cukry: 60.53 g; Błonnik pok.: 29.04 g; Sód: 4914.90 mg;	Wartość energetyczna: 2254.12 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 83.75 g; Kw. tł. nasy.: 33.23 g; Węglowodany ogółem: 285.74 g; W tym cukry: 59.62 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sód: 4429.96 mg;	Wartość energetyczna: 2180.22 kcal; Białko ogółem: 108.22 g; Tłuszcz: 86.20 g; Kw. tł. nasy.: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 287.11 g; W tym cukry: 51.55 g; Błonnik pok.: 42.38 g; Sód: 5291.85 mg;	Wartość energetyczna: 2098.91 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 293.44 g; W tym cukry: 67.60 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sód: 4416.16 mg;	Wartość energetyczna: 1859.65 kcal; Białko ogółem: 77.53 g; Tłuszcz: 55.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 278.02 g; W tym cukry: 41.47 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sód: 1843.35 mg;	Wartość energetyczna: 2033.83 kcal; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 68.93 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 266.18 g; W tym cukry: 38.31 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sód: 4500.36 mg;	Wartość energetyczna: 2340.52 kcal; Białko ogółem: 85.41 g; Tłuszcz: 107.67 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 271.84 g; W tym cukry: 56.74 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sód: 3516.36 mg;	

		GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmleczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa
2026-11-04 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych (bez soli) 30 g (SEL) Serek ziarnisty naturalny 30 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE) Pasta z groszku zielonego + 30 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Surówka z selera z olejem b/c + 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Seler gotowany + 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez soli) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 250 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez soli) 100 g (GLU PSZ) Surówka z selera z olejem b/c (bez soli) 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) + 300 g (SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Surówka z selera z olejem b/c + 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g Surówka z selera z olejem b/c + 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami + 50 g (S02) Słupki papryki czerwonej + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE) Dynia na parze z olejem + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami + 50 g (S02) Słupki papryki czerwonej + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE) Dynia na parze bez oleju + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab gotowany w ziołach plastry (bez soli) 30 g Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE) Dynia z wody (bez soli) 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Dynia na parze z olejem + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE) Dynia na parze z olejem + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 1919.79 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 285.49 g; W tym cukry: 45.40 g; Błonnik pok.: 40.75 g; Sód: 4926.16 mg;	Wartość energetyczna: 2167.31 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 84.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 273.55 g; W tym cukry: 49.69 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sód: 4726.40 mg;	Wartość energetyczna: 2029.51 kcal; Białko ogółem: 92.81 g; Tłuszcz: 67.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 308.70 g; W tym cukry: 50.33 g; Błonnik pok.: 55.65 g; Sód: 4784.82 mg;	Wartość energetyczna: 2037.04 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 71.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 273.76 g; W tym cukry: 50.02 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sód: 4477.41 mg;	Wartość energetyczna: 1887.69 kcal; Białko ogółem: 72.95 g; Tłuszcz: 65.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 269.84 g; W tym cukry: 38.71 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sód: 1472.71 mg;	Wartość energetyczna: 2052.07 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz: 79.52 g; Kw. tł. nasy.: 20.76 g; Węglowodany ogółem: 266.93 g; W tym cukry: 43.64 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sód: 4572.83 mg;	Wartość energetyczna: 2253.71 kcal; Białko ogółem: 74.82 g; Tłuszcz: 108.65 g; Kw. tł. nasy.: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 259.65 g; W tym cukry: 46.81 g; Błonnik pok.: 36.20 g; Sód: 3812.80 mg;

		GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmleczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa
2026-11-05 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab gotowany pasta (bez soli) 50 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta ze schabu w ziołach + 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta ze schabu w ziołach + 50 g Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami (bez soli) + 300 g (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 250 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s (bez soli) 50 g Sos jarzynowy (bez soli) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g (SEL.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Paprykarz z mintaja z warzywami + 30 g (RYB, SEL.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Paprykarz z mintaja z warzywami + 80 g (RYB, SEL.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (RYB, SEL.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 5 g
	P.N	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2304.95 kcal; Białko ogółem: 115.03 g; Tłuszcz: 86.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 293.53 g; W tym cukry: 53.58 g; Błonnik pok.: 34.84 g; Sód: 5767.82 mg;	Wartość energetyczna: 2333.84 kcal; Białko ogółem: 112.04 g; Tłuszcz: 77.19 g; Kw. tł. nasy.: 16.15 g; Węglowodany ogółem: 319.59 g; W tym cukry: 86.18 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sód: 4016.53 mg;	Wartość energetyczna: 2382.79 kcal; Białko ogółem: 121.98 g; Tłuszcz: 92.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 312.22 g; W tym cukry: 57.54 g; Błonnik pok.: 48.17 g; Sód: 5782.09 mg;	Wartość energetyczna: 2227.35 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 64.48 g; Kw. tł. nasy.: 15.83 g; Węglowodany ogółem: 319.42 g; W tym cukry: 82.69 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sód: 3690.53 mg;	Wartość energetyczna: 2116.01 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 316.90 g; W tym cukry: 78.42 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sód: 1999.93 mg;	Wartość energetyczna: 2320.05 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 83.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.37 g; Węglowodany ogółem: 312.75 g; W tym cukry: 79.13 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sód: 4011.04 mg;	Wartość energetyczna: 2503.32 kcal; Białko ogółem: 101.80 g; Tłuszcz: 104.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 305.70 g; W tym cukry: 83.30 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sód: 2991.32 mg;

		GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmielczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa
2026-11-06 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Plastry ogórka kiszzonego + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Plastry ogórka kiszzonego + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Dżem 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk panierowany pieczony 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze z/s + 100 g (RYB.) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze z/s + 100 g (RYB.) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE.) Seler gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z makaronem (bez mleka, bez soli) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) (bez soli) 50 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka, bez soli) 70 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c (bez soli) 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze z/s + 100 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z fasoli z cebulką + 50 g Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Marchew pieczona w słupki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Marchew pieczona w słupki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 30 g Marchew pieczona w słupki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g Marchew pieczona w słupki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 40 g Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Marchew pieczona w słupki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml						
		Wartość energetyczna: 2110.52 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 298.43 g; W tym cukry: 31.40 g; Błonnik pok.: 36.51 g; Sód: 4728.54 mg;	Wartość energetyczna: 2235.64 kcal; Białko ogółem: 109.64 g; Tłuszcz: 83.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 275.87 g; W tym cukry: 38.51 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sód: 4116.30 mg;	Wartość energetyczna: 2219.59 kcal; Białko ogółem: 111.30 g; Tłuszcz: 86.71 g; Kw. tł. nasy.: 36.51 g; Węglowodany ogółem: 288.01 g; W tym cukry: 35.22 g; Błonnik pok.: 43.15 g; Sód: 5511.13 mg;	Wartość energetyczna: 2078.60 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 72.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 267.21 g; W tym cukry: 29.93 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sód: 4488.36 mg;	Wartość energetyczna: 1862.16 kcal; Białko ogółem: 68.08 g; Tłuszcz: 60.32 g; Kw. tł. nasy.: 18.10 g; Węglowodany ogółem: 280.25 g; W tym cukry: 45.29 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sód: 1486.60 mg;	Wartość energetyczna: 2042.42 kcal; Białko ogółem: 102.11 g; Tłuszcz: 71.38 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 262.57 g; W tym cukry: 35.07 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sód: 4269.42 mg;	Wartość energetyczna: 2219.91 kcal; Białko ogółem: 83.67 g; Tłuszcz: 102.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 254.34 g; W tym cukry: 35.02 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sód: 3270.36 mg;

		GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmleczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa
2026-11-07 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek twarogowy homogenizowany + 100 g (MLE) Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g (SEL) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek twarogowy homogenizowany + 100 g (MLE) Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g (SEL) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek twarogowy homogenizowany + 100 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek twarogowy homogenizowany + 100 g (MLE) Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g (SEL) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Dżem 50 g Serek twarogowy homogenizowany + 30 g (MLE) Pasta warzywna* (bez soli) 100 g (SEL) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem 50 g Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g (SEL) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek twarogowy homogenizowany + 100 g (MLE) Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g (SEL) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE) Pasztet z soczewicy + 30 g (JAJ) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml			Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE) Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka, bez soli)* 300 ml (SEL) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 250 g (GLU JECZ) Klopsik drobiowy z udźca (bez soli) 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy dieta (bez soli) + 100 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c (bez soli) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 300 g (SOJ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka na parze (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g (JAJ) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g (MLE) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g (MLE) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g (MLE) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych (bez soli) 30 g (SEL) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g (MLE) Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2180.61 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 73.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; Węglowodany ogółem: 305.91 g; W tym cukry: 60.86 g; Błonnik pok.: 37.16 g; Sód: 5012.34 mg;	Wartość energetyczna: 2236.71 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 73.73 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 305.67 g; W tym cukry: 63.26 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sód: 4453.14 mg;	Wartość energetyczna: 2230.77 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 77.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 324.03 g; W tym cukry: 63.04 g; Błonnik pok.: 48.25 g; Sód: 4542.34 mg;	Wartość energetyczna: 2100.21 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 299.16 g; W tym cukry: 56.63 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sód: 4694.88 mg;	Wartość energetyczna: 2076.18 kcal; Białko ogółem: 62.73 g; Tłuszcz: 67.38 g; Kw. tł. nasy.: 17.20 g; Węglowodany ogółem: 325.58 g; W tym cukry: 66.28 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sód: 1394.05 mg;	Wartość energetyczna: 2188.16 kcal; Białko ogółem: 76.27 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 312.10 g; W tym cukry: 71.69 g; Błonnik pok.: 33.41 g; Sód: 4358.75 mg;	Wartość energetyczna: 2247.48 kcal; Białko ogółem: 88.60 g; Tłuszcz: 95.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 275.26 g; W tym cukry: 62.00 g; Błonnik pok.: 35.21 g; Sód: 3550.80 mg;

		GD- MSWiA D01 Podstawowa	GD- MSWiA D02 Łatwostrawna	GD- MSWiA D03 Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	GD- MSWiA D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	GD- MSWiA D08 Niskobiałkowa	GD- MSWiA D02/ML Bezmleczna	GD- MSWiA D02/ GL Bezglutenowa
2026-11-08 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Marchew gotowana plastry + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki + 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Hummus + 30 g (SOJ.) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy panierowany pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa pieczona + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa pieczona + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, bez soli) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (bez soli) 250 g Bitka schabowa duszona (bez soli) 50 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy (bez mleka, bez soli)* 100 ml (GLU PSZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 300 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa pieczona + 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa pieczona + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (MLE.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Schab gotowany pasta (bez soli) 30 g Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Schab gotowany w ziołach plastry 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Jabłko 1 szt 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2164.31 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 16.21 g; Węglowodany ogółem: 318.59 g; W tym cukry: 85.39 g; Błonnik pok.: 32.61 g; Sód: 4273.86 mg;	Wartość energetyczna: 2335.84 kcal; Białko ogółem: 122.16 g; Tłuszcz: 72.99 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; Węglowodany ogółem: 315.16 g; W tym cukry: 91.32 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sód: 3803.13 mg;	Wartość energetyczna: 2253.77 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 309.83 g; W tym cukry: 69.39 g; Błonnik pok.: 48.29 g; Sód: 4198.41 mg;	Wartość energetyczna: 2271.84 kcal; Białko ogółem: 114.21 g; Tłuszcz: 71.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 313.86 g; W tym cukry: 89.66 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sód: 4246.65 mg;	Wartość energetyczna: 2107.88 kcal; Białko ogółem: 77.99 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 312.79 g; W tym cukry: 76.52 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sód: 1437.65 mg;	Wartość energetyczna: 2272.76 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 74.09 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 308.53 g; W tym cukry: 84.40 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sód: 4201.25 mg;	Wartość energetyczna: 2422.24 kcal; Białko ogółem: 102.74 g; Tłuszcz: 96.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 301.26 g; W tym cukry: 88.44 g; Błonnik pok.: 33.75 g; Sód: 2889.53 mg;

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,*