

		D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat
2026-05-18 poniedziałek	Śniadanie	Salata zielona 10 g rzodkiewka w plasterkach 20 g kielbasa szynkowa wp (2 plasterki)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SOJ, GOR.</b> ) masło roślinne 15 g chleb żytni 2 kromki(GLU PSZE, GLU ŻYT) 80 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g dżem owocowy 25 g szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</b> ) masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Salata zielona 10 g rzodkiewka w plasterkach 20 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g dżem owocowy 25 g szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE.</b> ) bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE.</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	jogurt(MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Banan 200 g	jogurt(MLE,) 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Banan 200 g	Banan 200 g wafel ryżowy 2 szt(SEZ,) 23 g ( <b>może zawierać: OZI, SOJ, MLE, ORZ.</b> )
	Obiad	zupa fasolowa z natk.pietr.(GLU PSZ,SOJ,) 350 ml ( <b>GLU, SOJ, może zawierać: GOR.</b> ) naleśniki z białym serem (2 szt)(GLU PSZ,MLE,JAJ) 260g 260 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ.</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) makaron orkiszowy z serem i szpinakiem( GLU ORKISZ, MLE) 350 g ( <b>GLU, MLE.</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Mała solferino z natk.pietr.( GLU PSZE, MLE) 175 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) naleśniki z białym serem (1 szt)(GLU PSZ,MLE) 130 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Mała solferino z natk.pietr.( GLU PSZE, MLE) 175 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) naleśniki z białym serem (2 szt)(GLU PSZ,MLE,JAJ) 260g 260 g ( <b>GLU, JAJ, MLE.</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD			Pomidor 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> )		
	Kolacja	Ogórek świeży plasterki 30 g ser żółty (2 plasterki)(MLE) 35 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Salata zielona 10 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Ogórek świeży plasterki 30 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło roślinne 15 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Salata zielona 10 g ser biały (MLE) 70 g ( <b>MLE.</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE.</b> ) chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Salata zielona 10 g ser biały (MLE) 70 g ( <b>MLE.</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE.</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	E: 1981.90 kcal; : 85.36 g; T: 69.08 g; W: 239.04 g; w tym cukry: 12.13 g; Bł: 23.74 g; Sól: 5.19 g; Kw. tł.nas: 0.82 g;	E: 1943.35 kcal; : 67.63 g; T: 50.73 g; W: 304.14 g; w tym cukry: 51.41 g; Bł: 21.56 g; Sól: 4.03 g; Kw. tł.nas: 0.35 g;	E: 1871.24 kcal; : 73.28 g; T: 65.32 g; W: 239.77 g; w tym cukry: 23.77 g; Bł: 34.69 g; Sól: 4.91 g; Kw. tł.nas: 0.47 g;	E: 1413.09 kcal; : 49.51 g; T: 33.51 g; W: 227.27 g; w tym cukry: 39.69 g; Bł: 10.27 g; Sól: 2.53 g; Kw. tł.nas: 0.61 g;	E: 1701.13 kcal; : 73.11 g; T: 43.40 g; W: 249.78 g; w tym cukry: 39.69 g; Bł: 12.04 g; Sól: 3.60 g; Kw. tł.nas: 0.97 g;	

	D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat
2026-05-19 wtorek	<b>Śniadanie</b>	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEĆCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) Papryka w kawałku 20 g pasta z sera białego i ryby (szprot w pomidorach) ze szczypiorkiem(GLU PSZ, RYB, MLE,) 80 g ( <b>GLU, RYB, MLE, GOR, może zawierać: SOJ, SEL,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEĆCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g pomidor b/ skórki 50 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEĆCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) Papryka w kawałku 20 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEĆCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g pomidor b/ skórki 50 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )
	<b>II ŚN</b>	jabłko pieczone z cynamonem 120 g		jabłko 120 g	jabłko pieczone z cynamonem 120 g
	<b>Obiad</b>	Pomidorowa z ryżem i natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB,</b> ) kotlet wiedeński z kurczaka(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 110 g ( <b>GLU, JAJ, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) surówka z białej kapusty 150 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem i natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB,</b> ) filet z drobiu w sosie koperkowym(GLU PSZ, MLE,) 120 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) cukinia piecz z oreg i olej lniany 150 g ( <b>może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z ryżem brązowym i nat.pietr.(GLU PSZE, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) filet z drobiu w sosie z jarzynami(GLU PSZ, SEL, MLE,) 130 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml surówka z białej kapusty 150 g	Mała pomidorowa z ryżem(GLU PSZE, MLE) 175 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB,</b> ) kotlet wiedeński z kurczaka(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 110 g ( <b>GLU, JAJ, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) cukinia piecz z oreg i olej lniany 150 g ( <b>może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	<b>PD</b>		jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )		
	<b>Kolacja</b>	sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) parówka (2 szt.)(SOJ, GOR,) 130 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, GOR,</b> ) musztarda 20 g ( <b>GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) parówka (2 szt.)(SOJ, GOR,) 130 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	ogórek kiszony bez skórki 50 g ( <b>GOR,</b> ) parówka (1 szt.)(SOJ, GOR) 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, GOR,</b> ) ketchup 20 g masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml

	D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat
-05-19 wtorek	E: 2008.91 kcal; : 99.56 g; T: 77.70 g; W: 241.89 g; w tym cukry: 35.77 g; Bł: 25.60 g; Sól: 8.97 g; Kw. tł.nas: 2.07 g;	E: 1819.15 kcal; : 88.44 g; T: 75.97 g; W: 209.57 g; w tym cukry: 26.79 g; Bł: 14.24 g; Sól: 7.14 g; Kw. tł.nas: 1.37 g;	E: 2023.34 kcal; : 95.88 g; T: 69.70 g; W: 251.19 g; w tym cukry: 34.76 g; Bł: 30.59 g; Sól: 7.51 g; Kw. tł.nas: 4.02 g;		E: 1609.37 kcal; : 81.23 g; T: 50.84 g; W: 214.39 g; w tym cukry: 24.88 g; Bł: 13.42 g; Sól: 5.75 g; Kw. tł.nas: 1.40 g;
2026-05-20 środa	Śniadanie płatki żytnie na mleku(GLU ZYT,MLE,) 250 ml ( <b><u>GLU, MLE, może zawierać: ORZ, SEZ.</u></b> ) Sał. z ciecierzycą+pęczak+oliwka+kukurydza+groszek+marchew+słonecznik+olej lniany.(GLU JEĆZ,) 100 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ.</u></b> ) szynka konserwowa drobiowa ( 2 plastry)(SOJ,) 35 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</u></b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b><u>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml	płatki żytnie na mleku(GLU ZYT,MLE,) 250 ml ( <b><u>GLU, MLE, może zawierać: ORZ, SEZ.</u></b> ) bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g szynka konserwowa drobiowa (3 plastry)(SOJ,) 50 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</u></b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml	Sał. z ciecierzycą+pęczak+oliwka+kukurydza+groszek+marchew+słonecznik+olej lniany.(GLU JEĆZ,) 100 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ.</u></b> ) szynka konserwowa drobiowa ( 2 plastry)(SOJ,) 35 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</u></b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b><u>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml		kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml ( <b><u>MLE,</u></b> ) bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g szynka konserwowa drobiowa ( 2 plastry)(SOJ,) 35 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</u></b> ) masło (MLE) 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	kefir z siemieniem lnianym( MLE,) 150 ml ( <b><u>MLE,</u></b> )			
2026-05-20 środa	Obiad Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b><u>GLU, MLE, SEL,</u></b> ) krokiety (2 szt)(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 200 g ( <b><u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u></b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b><u>GLU, MLE, SEL,</u></b> ) zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g ( <b><u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ.</u></b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b><u>GLU, MLE, SEL,</u></b> ) Zapiekanka z makronem pełnoziarnistym i włoszczyzną(GLU ORKISZ ,SEL) 230 g ( <b><u>GLU, MLE, SEL,</u></b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b><u>GLU, MLE, SEL,</u></b> ) zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g ( <b><u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ.</u></b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		Pomidor 50 g masło roślinne 10 g bułka pełnoziarnista(GLU PSZ,) 1 szt ( <b><u>GLU, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u></b> )		

		D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat
2026-05-20 środa	Kolacja	Ogórek świeży (plastry) 20 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g <b>(MLE.)</b> masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Salata zielona 10 g ser biały z natką pietruszki 80 g <b>(MLE.)</b> masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Ogórek świeży (plastry) 20 g ser biały z natką pietruszki 80 g <b>(MLE.)</b> masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml		Salata zielona 10 g ser biały z natką pietruszki 80 g <b>(MLE.)</b> masło (MLE) 10 g ( <b>MLE.</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
		E: 1885.32 kcal; : 78.78 g; T: 58.75 g; W: 256.81 g; w tym cukry: 15.15 g; Bł: 29.44 g; Sól: 5.94 g; Kw. tł.nas: 2.14 g;	E: 1885.64 kcal; : 69.21 g; T: 60.49 g; W: 266.90 g; w tym cukry: 27.55 g; Bł: 25.82 g; Sól: 4.72 g; Kw. tł.nas: 1.08 g;	E: 1864.17 kcal; : 70.75 g; T: 53.70 g; W: 270.04 g; w tym cukry: 25.83 g; Bł: 33.25 g; Sól: 5.81 g; Kw. tł.nas: 0.54 g;		E: 1671.37 kcal; : 57.43 g; T: 52.54 g; W: 246.90 g; w tym cukry: 53.79 g; Bł: 22.11 g; Sól: 3.47 g; Kw. tł.nas: 0.97 g;

		D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat
2026-05-21 czwartek	Śniadanie	Papryka w kawałku 20 g paszтет drobiowy (1 szt)(GLU PSZ,SOJ,MLE,) 100 g ( <b><u>GLU, SOJ, MLE, SEL,</u></b> ) masło roślinne 15 g Chleb żytni z soją 3 kromki ( GLU ŻYT, GLU PSZ,) 120 g ( <b><u>GLU, SOJ, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml	Papryka w kawałku 20 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b><u>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml		pomidor b/ skórki 50 g kiełbasa szynkowa wp (2 plastry)(SOJ,) 35 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SOJ, GOR,</u></b> ) jajko sadzone(JAJ,) 1 szt ( <b><u>JAJ,</u></b> ) masło (MLE) 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml ( <b><u>MLE, może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02,</u></b> )		jabłko 120 g		Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml ( <b><u>MLE, może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02,</u></b> )
	Obiad	selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b><u>GLU, MLE, SEL,</u></b> ) spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g ( <b><u>GLU, MLE, może zawierać: SOJ,</u></b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b><u>GLU, MLE, SEL,</u></b> ) spagetti (pełnoziarniste) z mięsem i sosem pomidorowym 200 g ( <b><u>GLU, MLE,</u></b> ) kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		Mała selerowa z ziemniakami( GLU PSZE,MLE) 175 ml ( <b><u>GLU, SEL,</u></b> ) spagetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g ( <b><u>GLU, MLE, może zawierać: SOJ,</u></b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD			Pomidor 50 g masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b><u>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> )		
	Kolacja	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+olej 80 g ( <b><u>może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB,</u></b> ) ser topiony(MLE) 50 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b><u>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+olej 80 g ( <b><u>może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB,</u></b> ) szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</u></b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+olej 80 g ( <b><u>może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB,</u></b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</u></b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b><u>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml		kiełbasa szynkowa wp (2 plastry)(SOJ,) 35 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SOJ, GOR,</u></b> ) Sałata zielona 10 g masło (MLE) 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml
	E: 1998.80 kcal; : 68.06 g; T: 77.49 g; W: 253.75 g; w tym cukry: 14.87 g; Bf: 21.49 g; Sól: 5.65 g; Kw. tł.nas: 10.09 g;	E: 1884.52 kcal; : 78.17 g; T: 54.50 g; W: 266.04 g; w tym cukry: 15.44 g; Bf: 15.03 g; Sól: 4.16 g; Kw. tł.nas: 3.09 g;	E: 1953.86 kcal; : 112.77 g; T: 64.27 g; W: 223.61 g; w tym cukry: 22.34 g; Bf: 21.87 g; Sól: 3.82 g; Kw. tł.nas: 2.91 g;		E: 1624.02 kcal; : 74.54 g; T: 53.11 g; W: 191.83 g; w tym cukry: 12.48 g; Bf: 10.35 g; Sól: 3.96 g; Kw. tł.nas: 5.32 g;	

	D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat	
2026-05-22 piątek	Śniadanie	kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) rzodkiewka w plastrach 20 g pasta z sera białego i ryby (szprot w pomidorach) ze szczypiorkiem(GLU PSZ,RYB,MLE,) 80 g ( <b>GLU, RYB, MLE, GOR, może zawierać: SOJ, SEL,</b> ) masło roślinne 15 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )	kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) pomidor b/ skórki 50 g pasta z piecz ryby morskczuk ,sera,włoszczyzny i olejem.(RYB,MLE) 80 g ( <b>RYB, MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )	kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) rzodkiewka w plastrach 20 g jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) pasta z piecz ryby morskczuk ,sera,włoszczyzny i olejem.(RYB,MLE) 80 g ( <b>RYB, MLE,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )		kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) pomidor b/ skórki 50 g pasta z piecz ryby morskczuk ,sera,włoszczyzny i olejem.(RYB,MLE) 80 g ( <b>RYB, MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	ciasto drożdżowe z kruszonką(GLU PSZ,MLE,JAJ,) 60 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> )	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )		biszkopty (5 szt) 20 g ( <b>GLU, JAJ, może zawierać: OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</b> )	
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB,</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		Mała barszcz czerwony z ziemniakami( GLU PSZE,MLE,SEL) 175 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB,</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
	PD		ogórek kiszony 50 g ( <b>GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )			
	Kolacja	Ogórek świeży (plastry) 20 g ser żółty (2 plastry)(MLE) 35 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Salata zielona 10 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Ogórek świeży (plastry) 20 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml		Salata zielona 10 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
		E: 2101.48 kcal; : 73.51 g; T: 71.27 g; W: 287.04 g; w tym cukry: 25.46 g; Bł: 19.79 g; Sól: 4.34 g; Kw. tł.nas: 0.85 g;	E: 2068.41 kcal; : 79.03 g; T: 71.95 g; W: 276.29 g; w tym cukry: 28.16 g; Bł: 13.50 g; Sól: 2.96 g; Kw. tł.nas: 3.69 g;	E: 1891.33 kcal; : 78.04 g; T: 67.24 g; W: 242.57 g; w tym cukry: 28.63 g; Bł: 31.95 g; Sól: 5.47 g; Kw. tł.nas: 3.00 g;		E: 1650.55 kcal; : 61.28 g; T: 48.13 g; W: 241.90 g; w tym cukry: 25.30 g; Bł: 10.89 g; Sól: 2.57 g; Kw. tł.nas: 0.73 g;

	D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat
2026-05-23 sobota	<b>Śniadanie</b>	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Papryka w kawałku 20 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) pomidor b/ skórki 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Papryka w kawałku 20 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) pomidor b/ skórki 50 g ser biały (MLE) 70 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	<b>II ŚN</b>	maślanka z truskawkami i otrębami pszennymi 150 ml ( <b>GLU, MLE, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ,</b> )			sok Kubaś 300 ml
	<b>Obiad</b>	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) Kaszotto z kaszą jęczmienną i warzywami(GLU JĘCZ,SEL,) 200 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) Kaszotto z kaszą jęczmienną i warzywami(GLU JĘCZ,SEL,) 200 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) Kaszotto z kaszą jęczmienną i warzywami(GLU JĘCZ,SEL,) 200 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	<b>PD</b>		jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )		
<b>Kolacja</b>	sał.makaron.+march.+fasol.szparag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE, GLU.PSZ,) 100 g ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sał.makaron.+march.+fasol.szparag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE, GLU.PSZ,) 100 g ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sał.makaron pełnoziarn.+march.+fas.szpa.+nat.pi e.+jogurt. nat. 100 g ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sał.makaron.+march.+fasol.szparag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE, GLU.PSZ,) 100 g ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	

		D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat
-05-23 sobota		E: 1831.47 kcal; : 69.24 g; T: 47.56 g; W: 279.79 g; w tym cukry: 28.51 g; Bł: 39.58 g; Sól: 5.05 g; Kw. tł.nas: 0.24 g;	E: 1868.19 kcal; : 69.17 g; T: 49.74 g; W: 284.55 g; w tym cukry: 19.51 g; Bł: 27.46 g; Sól: 4.49 g; Kw. tł.nas: 0.18 g;	E: 1889.66 kcal; : 72.82 g; T: 61.86 g; W: 256.11 g; w tym cukry: 18.95 g; Bł: 35.18 g; Sól: 5.17 g; Kw. tł.nas: 2.79 g;		E: 1650.72 kcal; : 57.52 g; T: 44.46 g; W: 255.78 g; w tym cukry: 19.21 g; Bł: 27.04 g; Sól: 3.22 g; Kw. tł.nas: 0.18 g;
	Śniadanie	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g (GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (MLE) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g (GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.) herbata bez cukru 250 ml		dżem owocowy 25 g ser biały (MLE) 70 g (MLE) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	kefir(MLE,) 150 ml (MLE)				jabłko gotowane 120 g
2026-05-24 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ,) pulpet(JAJ,) 120 g (GLU, JAJ, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU, MLE, może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02,) ziemniaki z koperkiem 250 g ćwikła 150 g (MLE, S02, może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02,) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziar. i nat.pietr(GLU PSZ, ML,SEL) 350 ml (GLU, MLE, SEL,) pulpet(JAJ,) 120 g (GLU, JAJ, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml (GLU, MLE, SEL,) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (GLU, MLE,) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml			Mała pomidorowa z makaronem (GLU PSZE,MLE) 175 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ,) pulpet(JAJ,) 120 g (GLU, JAJ, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE,) 100 ml (GLU, MLE, może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02,) ziemniaki z koperkiem 250 g ćwikła 150 g (MLE, S02, może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02,) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD		Pomidor 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g (GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.)			

		D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat
2026-05-24 niedziela	Kolacja	sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 40 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml		sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
		E: 1828.37 kcal; : 79.01 g; T: 56.29 g; W: 246.57 g; w tym cukry: 29.95 g; Bł: 26.62 g; Sól: 7.23 g; Kw. tł.nas: 3.10 g;	E: 1833.57 kcal; : 75.86 g; T: 57.38 g; W: 252.83 g; w tym cukry: 29.54 g; Bł: 19.20 g; Sól: 6.23 g; Kw. tł.nas: 3.10 g;	E: 1857.48 kcal; : 75.93 g; T: 69.88 g; W: 229.22 g; w tym cukry: 25.75 g; Bł: 27.27 g; Sól: 6.67 g; Kw. tł.nas: 3.14 g;		E: 1592.49 kcal; : 61.59 g; T: 41.76 g; W: 243.61 g; w tym cukry: 32.37 g; Bł: 15.64 g; Sól: 5.54 g; Kw. tł.nas: 2.99 g;

	D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat
2026-05-25 poniedziałek	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEĆCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) Papryka w kawałku 20 g Sałata zielona 10 g kiełbasa wieprzowa50%-wołowa50%(2plastry) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SOJ, GOR,</b> ) masło roślinne 15 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEĆCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) pomidor b/ skórki 50 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEĆCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) Papryka w kawałku 20 g Sałata zielona 10 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEĆCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) pomidor b/ skórki 50 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )
		II ŚN	jogurt z pieczonymi jabłkami, cynamonem i otrębami(GLU PSZ, MLE,) 150 ml ( <b>GLU, MLE, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ,</b> )	150 ml ( <b>GLU, MLE, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ,</b> )	sok Kubuś 300 ml
	Obiad	grysikowa z natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) pier.leniw z b.ser(8 szt) z bułką tartą i tłuszcz. (GLU PSZ, JAJ, MLE,) 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) surówka z march,pora,jabł, z rodzyn i jogurtem(MLE,) 150 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	grysikowa z natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) pierogi leniwe (8szt) z białym serem i tłuszcz.(GLU PSZ, JAJ, MLE,) 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	grysikowa z natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) Pierogi leniwe (8 szt) z b.ser. tłuszcz. i m. pełnoziarnistą(GLU PSZ, ML, JAJ) 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</b> ) surówka z march,pora,jabł, z rodzyn i jogurtem(MLE,) 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	mała grysikowa(GLU PSZE, SEI, MLE) 175 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) Pierogi leniwe (8 szt) z b.ser. tłuszcz. i m. pełnoziarnistą(GLU PSZ, ML, JAJ) 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
		PD		Pomidor 50 g masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )	
	Kolacja	Ogórek świeży plastry 30 g konserwa rybna(GLU PSZ, RYB,) 75 g ( <b>GLU, RYB, GOR, może zawierać: SOJ, SEL,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Sałata zielona 10 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Ogórek świeży plastry 30 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
		E: 1913.43 kcal; : 70.60 g; T: 61.12 g; W: 266.48 g; w tym cukry: 24.59 g; Bł: 24.07 g; Sól: 5.55 g; Kw. tł.nas: 1.02 g;	E: 1910.21 kcal; : 72.41 g; T: 63.13 g; W: 261.89 g; w tym cukry: 24.68 g; Bł: 16.67 g; Sól: 4.10 g; Kw. tł.nas: 1.01 g;	E: 1924.35 kcal; : 74.11 g; T: 69.17 g; W: 246.11 g; w tym cukry: 25.57 g; Bł: 26.02 g; Sól: 4.54 g; Kw. tł.nas: 1.03 g;	E: 1681.22 kcal; : 66.08 g; T: 46.31 g; W: 247.42 g; w tym cukry: 21.91 g; Bł: 17.71 g; Sól: 3.90 g; Kw. tł.nas: 0.99 g;

		D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat	
2026-05-26 wtorek	Śniadanie	sałatka z fasolą JAŚ+k.jaglana+march.+papryka+og. kisz.+jajko+ kukurydza+pest.dyni+słonecz.+natk. pietr.+ olej rzep.(JAJ,) 100 g ( <b>JAJ, GOR,</b> ) twarożek ze świeżym ogórkiem(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Salata zielona 10 g pomidor b/ skórki 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z fasolą JAŚ+k.jaglana+march.+papryka+og. kisz.+jajko+ kukurydza+pest.dyni+słonecz.+natk. pietr.+ olej rzep.(JAJ,) 100 g ( <b>JAJ, GOR,</b> ) twarożek ze świeżym ogórkiem(MLE,) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	Salata zielona 10 g pomidor b/ skórki 50 g ser biały (MLE) 70 g ( <b>MLE,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml		
	II ŚN	Szarlotka(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 140 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> )		maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )	jabłko gotowane 120 g		
	Obiad	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) gołabki z ryżem i mięsem (2 szt.) 350 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU, ORZ, SEL, SO2, ŁUB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) Rizotto z włoszczyzną(SEL,) 240 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GLU, ORZ, SEL, SO2, ŁUB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) Rizotto z ryżem brązowym z włoszczyzną(SEL,) 240 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Mała solferino z natk.pietr.( GLU PSZE, MLE) 175 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) Rizotto z włoszczyzną(SEL,) 240 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GLU, ORZ, SEL, SO2, ŁUB,</b> ) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		
	PD			Pomidor 50 g masło roślinne 10 g bułka pełnoziarnista(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, SEZ, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )			
	Kolacja	bukiet jarzyn: brokuł i kalafior+ olej+przyp. prowans. 120 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	bukiet jarzyn: brokuł i kalafior+ olej+przyp. prowans. 120 g szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	bukiet jarzyn: brokuł i kalafior+ olej+przyp. prowans. 120 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	bukiet jarzyn: brokuł i kalafior+ olej+przyp. prowans. 120 g kiełbasa wieprz50%-wołowa50%(2plastry) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SOJ, GOR,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml		
	E: 2019.37 kcal; : 73.80 g; T: 70.25 g; W: 273.25 g; w tym cukry: 44.67 g; Bf: 31.45 g; Sól: 4.04 g; Kw. tł.nas: 4.12 g;	E: 2116.38 kcal; : 71.26 g; T: 74.87 g; W: 290.37 g; w tym cukry: 40.27 g; Bf: 22.17 g; Sól: 4.85 g; Kw. tł.nas: 3.85 g;	E: 1980.98 kcal; : 67.72 g; T: 63.10 g; W: 282.89 g; w tym cukry: 29.88 g; Bf: 36.82 g; Sól: 5.52 g; Kw. tł.nas: 1.57 g;	E: 1470.24 kcal; : 56.54 g; T: 47.19 g; W: 207.43 g; w tym cukry: 33.55 g; Bf: 18.83 g; Sól: 3.56 g; Kw. tł.nas: 3.31 g;			

		D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat	
2026-05-27 środa	Śniadanie	kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml ( <b>MLE</b> ) rzodkiewka w plastrach 20 g Ogórek świeży (plastry) 20 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b> .)	kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g pomidor b/ skórki 50 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR</b> ) masło roślinne 15 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b> .)	kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml ( <b>MLE</b> ) rzodkiewka w plastrach 20 g Ogórek świeży (plastry) 20 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b> .)	kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g pomidor b/ skórki 50 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b> .)		
	II ŚN	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g	jabłko 120 g	jabłko gotowane 120 g		
	Obiad	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) naleśniki ze szpinakiem i białym serem (2 szt)(GLU PSZ, JAJ, MLE,) 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) makaron z serem i szpinakiem(GLU PSZ,MLE,) 350 g ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) makaron orkiszowy z serem i szpinakiem (GLU ORKISZ, MLE) 350 g ( <b>GLU, MLE</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) naleśniki z białym serem (1 szt)(GLU PSZ,MLE) 130 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	mała ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZE, MLE, SEL) 175 ml ( <b>SEL</b> ) naleśniki z białym serem (2 szt)(GLU PSZ,MLE, JAJ) 260g 260 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
	PD			sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwi z olejem 100 g ( <b>GOR</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b> .)			
	Kolacja	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+olej 80 g ( <b>może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB</b> .) konserwa rybna(GLU PSZ,RYB,) 75 g ( <b>GLU, RYB, GOR, może zawierać: SOJ, SEL</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b> .) herbata bez cukru 250 ml	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+olej 80 g ( <b>może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB</b> .) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b> .) herbata bez cukru 250 ml	sałatka ryżowa (ryż brązowy) + march+grosz+sał+olej 80 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b> .) herbata bez cukru 250 ml	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+olej 80 g ( <b>może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB</b> .) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE</b> ) chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b> .) herbata bez cukru 250 ml	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+olej 80 g ( <b>może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB</b> .) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b> .) herbata bez cukru 250 ml	
	E: 1801.28 kcal; : 70.36 g; T: 65.25 g; W: 229.49 g; w tym cukry: 21.88 g; Bł: 20.74 g; Sól: 4.59 g; Kw. tł.nas: 2.05 g;	E: 1833.31 kcal; : 72.16 g; T: 57.63 g; W: 256.43 g; w tym cukry: 31.74 g; Bł: 21.45 g; Sól: 3.94 g; Kw. tł.nas: 0.57 g;	E: 1863.46 kcal; : 73.73 g; T: 66.11 g; W: 238.83 g; w tym cukry: 31.61 g; Bł: 36.62 g; Sól: 6.59 g; Kw. tł.nas: 0.84 g;	E: 1389.08 kcal; : 59.86 g; T: 43.46 g; W: 188.44 g; w tym cukry: 22.00 g; Bł: 11.74 g; Sól: 2.75 g; Kw. tł.nas: 0.85 g;	E: 1693.50 kcal; : 77.03 g; T: 52.14 g; W: 225.57 g; w tym cukry: 20.38 g; Bł: 11.10 g; Sól: 3.23 g; Kw. tł.nas: 1.18 g;		

	D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat		
2026-05-28 czwartek	Śniadanie	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEŹCZ,MLE,) 250 ml ( <b><u>GLU, MLE,</u></b> ) sał. z soczewicą+ananas+jabł+k.jagl.+march+grosz+kukur.+stone+olej rzep.(GLU PSZ,ORZ,OZI,SEZ,GOR,SOJ,) 100 g szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 35 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</u></b> ) masło roślinne 15 g herbata owocowa b/cukru 250 ml bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> )	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEŹCZ,MLE,) 250 ml ( <b><u>GLU, MLE,</u></b> ) sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+olej rzep. 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</u></b> ) masło roślinne 15 g herbata owocowa b/cukru 250 ml chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata owocowa b/cukru 250 ml	sał. z soczewicą+ananas+jabł+k.jagl.+march+grosz+kukur.+stone+olej rzep.(GLU PSZ,ORZ,OZI,SEZ,GOR,SOJ,) 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</u></b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b><u>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata owocowa b/cukru 250 ml	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEŹCZ,MLE,) 250 ml ( <b><u>GLU, MLE,</u></b> ) sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+olej rzep. 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</u></b> ) masło (MLE) 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) herbata owocowa b/cukru 250 ml chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> )	płatki jęczmienne na mleku (GLU JEŹCZ,MLE,) 250 ml ( <b><u>GLU, MLE,</u></b> ) sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+olej rzep. 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</u></b> ) masło (MLE) 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) herbata owocowa b/cukru 250 ml chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> )	
		II ŚN	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml ( <b><u>MLE, może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02,</u></b> )	jogurt naturalny (1szt)(MLE,) 150 ml ( <b><u>MLE,</u></b> )	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml ( <b><u>MLE, może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02,</u></b> )	Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml ( <b><u>MLE, może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02,</u></b> )	
		Obiad	jarzynowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b><u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ,</u></b> ) ryba panierowana mintaj(GLU PSZ,JAJ,) 140 g ( <b><u>GLU, JAJ, RYB, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) kapusta zasmażana(GLU PSZ,) 150 g ( <b><u>GLU,</u></b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	jarzynowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b><u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ,</u></b> ) pulpet z ryby mintaj (GLU PSZ,JAJ,) 130 g ( <b><u>GLU, JAJ, RYB, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <b><u>GLU, MLE,</u></b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistymi nat. pietruszki b/śmietany 350 ml ( <b><u>GLU, SEL, może zawierać: SOJ,</u></b> ) pulpet z ryby mintaj (GLU PSZ,JAJ,) 130 g ( <b><u>GLU, JAJ, RYB, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml ( <b><u>GLU, MLE,</u></b> ) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <b><u>GLU, MLE,</u></b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Mała jarzynowa z makaronem (GLU PSZ, MLE , SEL) 175 ml ( <b><u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ,</u></b> ) pulpet z ryby mintaj (GLU PSZ,JAJ,) 130 g ( <b><u>GLU, JAJ, RYB, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <b><u>GLU, MLE,</u></b> ) małe ziemniaki z koperkiem 70 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	jarzynowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml ( <b><u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ,</u></b> ) pulpet z ryby mintaj (GLU PSZ,JAJ,) 130 g ( <b><u>GLU, JAJ, RYB, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g ( <b><u>GLU, MLE,</u></b> ) małe ziemniaki z koperkiem 70 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
		PD		Pomidor 50 g masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> )			
		Kolacja	Papryka w kawałku 20 g ser topiony(MLE) 50 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b><u>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) masło roślinne 15 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml	Papryka w kawałku 20 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) masło roślinne 15 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b><u>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) masło (MLE) 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) masło (MLE) 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml

		D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat
05-28 czwartek		E: 2176.42 kcal; : 75.26 g; T: 72.76 g; W: 302.58 g; w tym cukry: 24.42 g; Bł: 30.84 g; Sól: 5.81 g; Kw. tł.nas: 2.17 g;	E: 1930.67 kcal; : 73.76 g; T: 64.23 g; W: 265.82 g; w tym cukry: 24.97 g; Bł: 22.80 g; Sól: 3.92 g; Kw. tł.nas: 1.85 g;	E: 2029.00 kcal; : 77.29 g; T: 70.50 g; W: 266.26 g; w tym cukry: 25.01 g; Bł: 31.18 g; Sól: 5.32 g; Kw. tł.nas: 1.92 g;	E: 1430.53 kcal; : 61.74 g; T: 53.39 g; W: 176.67 g; w tym cukry: 22.09 g; Bł: 17.13 g; Sól: 2.97 g; Kw. tł.nas: 1.82 g;	E: 1708.82 kcal; : 70.03 g; T: 56.44 g; W: 230.11 g; w tym cukry: 23.21 g; Bł: 19.87 g; Sól: 3.84 g; Kw. tł.nas: 1.83 g;
	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEŃCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) Paprykarz szczeciński(GLU PSZ, SOJ,) 135 g ( <b>GLU, RYB, może zawierać: SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEŃCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEŃCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) sałatka z og. kiszzonego, cebuli i marchwii z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEŃCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEŃCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )
2026-05-29 piątek	II ŚN	jogurt z musem truskawkowym(MLE,) 150 ml ( <b>MLE,</b> )			sałatka owocowa z ananase i jabłkiem 150 g	
	Obiad	krupnik z nat.pietr (GLU JEŃCZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) łazanki(GLU PSZ,) 280 g ( <b>GLU, może zawierać: SOJ,</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krupnik z nat.pietr (GLU JEŃCZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ, SEL,) 230 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ,</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	krupnik z nat.pietr (GLU JEŃCZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) Zapiekanka z makronem pełnoziarnistym i włoszczyzną(GLU ORKISZ, SEL) 230 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	mały krupnik z zieleńią (GLU, JEŃCZ, SEL, MLE) 175 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ, SEL,) 230 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ,</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	
	PD			ser biały (MLE) 70 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g bułka graham niskosodowa(GLU PSZ) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )		

	D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat
2026-05-29 piątek	<b>Kolacja</b> Pomidor 50 g pasta z jaj z koperkiem(JAJ,MLE,) 90 g ( <b>JAJ</b> ,) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g pasta z jaj z koperkiem(JAJ,MLE,) 90 g ( <b>JAJ</b> ,) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g pasta z jaj z koperkiem(JAJ,MLE,) 90 g ( <b>JAJ</b> ,) chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g pasta z jaj z koperkiem(JAJ,MLE,) 90 g ( <b>JAJ</b> ,) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE</b> ,) chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g pasta z jaj z koperkiem(JAJ,MLE,) 90 g ( <b>JAJ</b> ,) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE</b> ,) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	E: 1867.35 kcal; : 70.05 g; T: 69.63 g; W: 238.31 g; w tym cukry: 25.00 g; Bł: 28.19 g; Sól: 5.94 g; Kw. tł.nas: 4.83 g;	E: 1825.46 kcal; : 76.25 g; T: 64.12 g; W: 234.92 g; w tym cukry: 15.76 g; Bł: 18.34 g; Sól: 5.95 g; Kw. tł.nas: 4.50 g;	E: 1962.63 kcal; : 95.71 g; T: 64.43 g; W: 243.05 g; w tym cukry: 15.80 g; Bł: 28.55 g; Sól: 7.20 g; Kw. tł.nas: 4.16 g;	E: 1290.35 kcal; : 56.80 g; T: 52.79 g; W: 147.83 g; w tym cukry: 21.23 g; Bł: 11.99 g; Sól: 4.01 g; Kw. tł.nas: 4.52 g;	E: 1653.22 kcal; : 67.11 g; T: 56.74 g; W: 217.20 g; w tym cukry: 21.23 g; Bł: 14.51 g; Sól: 5.68 g; Kw. tł.nas: 4.52 g;
2026-05-30 sobota	<b>Śniadanie</b> kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE</b> ,) sał.makaron.+march.+fasol.szparag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE, GLU.PSZ,) 100 g ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ.</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE</b> ,) sał.makaron.+march.+fasol.szparag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE, GLU.PSZ,) 100 g ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ.</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</b> ) masło roślinne 10 g bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sał.makaron pełnoziarn.+march.+fas.szpa.+nat.pi e.+jogurt. nat. 100 g ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ.</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE</b> ,) dżem owocowy 25 g szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE</b> ,) chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE</b> ,) sał.makaron.+march.+fasol.szparag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE, GLU.PSZ,) 100 g ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ.</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE</b> ,) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	kisiel 150 ml ( <b>może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02.</b> )	kisiel b/cukru 150 ml ( <b>może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02.</b> )	kisiel 150 ml ( <b>może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02.</b> )		
	<b>Obiad</b> barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB.</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) rizotto z ryżem brązowym i warzywami 200 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Mała barszcz czerwony z ziemniakami( GLU PSZE,MLE,SEL) 175 ml ( <b>GLU, MLE, SEL.</b> ) ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB.</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		
	<b>PD</b>	jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ</b> ,) masło roślinne 10 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> )			

		D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat
2026-05-30 sobota	Kolacja	sałatka z groszku+marchew+olej lniany +bazylią 80 g ( <u>może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ.</u> ) twarożek ze świeżym ogórkiem(MLE,) 80 g ( <u>MLE.</u> ) masło roślinne 10 g chleb graham 3 kromki(GLU PSZ,) 90 g ( <u>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u> ) herbata bez cukru 250 ml	pasta z ugot. groszk.+march.+olej lniany +bazylią 80 g ( <u>może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ.</u> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE.</u> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z groszku+marchew+olej lniany +bazylią 80 g ( <u>może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ.</u> ) twarożek ze świeżym ogórkiem(MLE,) 80 g ( <u>MLE.</u> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <u>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g ser biały (MLE) 70 g ( <u>MLE.</u> ) masło (MLE) 10 g ( <u>MLE.</u> ) chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u> ) herbata bez cukru 250 ml	pomidor b/ skórki 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <u>MLE.</u> ) masło (MLE) 10 g ( <u>MLE.</u> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u> ) herbata bez cukru 250 ml
		E: 1989.84 kcal; : 68.44 g; T: 53.06 g; W: 304.17 g; w tym cukry: 30.43 g; Bł: 24.99 g; Sól: 4.76 g; Kw. tł.nas: 0.75 g;	E: 2095.68 kcal; : 70.54 g; T: 54.30 g; W: 328.78 g; w tym cukry: 30.22 g; Bł: 18.53 g; Sól: 4.67 g; Kw. tł.nas: 0.60 g;	E: 1837.76 kcal; : 69.19 g; T: 59.31 g; W: 255.77 g; w tym cukry: 31.81 g; Bł: 36.12 g; Sól: 4.98 g; Kw. tł.nas: 3.41 g;	E: 1529.89 kcal; : 45.51 g; T: 40.37 g; W: 244.90 g; w tym cukry: 23.47 g; Bł: 8.31 g; Sól: 1.94 g; Kw. tł.nas: 0.12 g;	E: 1695.14 kcal; : 57.88 g; T: 44.71 g; W: 262.29 g; w tym cukry: 25.93 g; Bł: 12.32 g; Sól: 3.24 g; Kw. tł.nas: 0.15 g;

	D01dieta podstawowa	D02 Dieta łatwostrawna	D03 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)	P02/1 łatwostrawna dzieci 1-3 lat	P02/2 łatwostrawna dzieci 4-9 lat	
2026-05-31 niedziela	Śniadanie	sałatka z k.jaglana+march.+fasolka szp..+og.kisz.+jajko+stonecz.+natk.p ietr.+ olej rzep.(JAJ,) 100 g ( <b>JAJ, GOR,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z k.jaglana+march.+fasolka szp..+og.kisz.+jajko+stonecz.+natk.p ietr.+ olej rzep.(JAJ,) 100 g ( <b>JAJ, GOR,</b> ) szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 40 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	miód naturalny 25 g szynka drobiowa z kurczaka (1 pl)(SOJ,) 20 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	miód naturalny 25 g szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	maślanka z otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml ( <b>GLU, MLE, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ,</b> )			sok Kubaś 300 ml	
	Obiad	Rosół z makaronem i natk.pietr.I(GLU PSZ,SEL,) 350 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: SOJ,</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g ziemniaki z koperkiem 250 g ćwikła 150 g ( <b>MLE, S02, może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02,</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym i nat.pietruszki(GLU PSZE,SEL) 350 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g brokuł got.-różyczki 100 g ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc b/cukru (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml	mały rosół z makaronem i natk.pietr. 175 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: SOJ,</b> ) udko z kurczaka pieczone 200 g małe ziemniaki z koperkiem 70 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml		
	PD	Ogórek świeży plastry 30 g chleb graham 1 kromka(GLU PSZ,) 30 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) masło roślinne 10 g				
	Kolacja	sałatka z pomidora b/skórki, sałaty zielonej, fasolki szparagowej i natki pietruszki z olejem rzep. 100 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata z cukrem 250 ml	sałatka z pomidora b/skórki, sałaty zielonej, fasolki szparagowej i natki pietruszki z olejem rzep. 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z pomidora b/skórki, sałaty zielonej, fasolki szparagowej i natki pietruszki z olejem rzep. 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb graham 2 kromki(GLU PSZ,) 60 g ( <b>GLU, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z pomidora b/skórki, sałaty zielonej, fasolki szparagowej i natki pietruszki z olejem rzep. 100 g ser biały (MLE) 70 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 1 kromka(GLU PSZ,) 34 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml	sałatka z pomidora b/skórki, sałaty zielonej, fasolki szparagowej i natki pietruszki z olejem rzep. 100 g ser biały (MLE) 70 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	E: 1857.86 kcal; : 111.20 g; T: 66.84 g; W: 200.91 g; w tym cukry: 29.34 g; Bł: 22.79 g; Sól: 4.66 g; Kw. tł.nas: 10.76 g;	E: 1925.01 kcal; : 111.44 g; T: 67.98 g; W: 217.07 g; w tym cukry: 30.08 g; Bł: 18.99 g; Sól: 4.02 g; Kw. tł.nas: 10.51 g;	E: 1913.13 kcal; : 114.68 g; T: 76.21 g; W: 188.19 g; w tym cukry: 18.79 g; Bł: 23.03 g; Sól: 5.03 g; Kw. tł.nas: 10.77 g;	E: 1543.57 kcal; : 93.51 g; T: 63.20 g; W: 149.91 g; w tym cukry: 25.11 g; Bł: 12.60 g; Sól: 2.85 g; Kw. tł.nas: 10.38 g;	E: 1700.86 kcal; : 98.43 g; T: 64.87 g; W: 179.28 g; w tym cukry: 25.11 g; Bł: 13.22 g; Sól: 3.61 g; Kw. tł.nas: 10.38 g;	

		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
2026-05-18 poniedziałek	Śniadanie	<p>                     pomidor b/ skórki 50 g                      dżem owocowy 25 g                      szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (<b><u>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</u></b>)                      masło (MLE) 10 g (<b><u>MLE,</u></b>)                      bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (<b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b>)                      herbata bez cukru 250 ml                 </p>
	II ŚN	Banan 200 g
	Obiad	<p>                     solferino z zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (<b><u>GLU, MLE, SEL,</u></b>)                      naleśniki z białym serem (2 szt)(GLU PSZ,MLE,JAJ) 260g 260 g (<b><u>GLU, JAJ, MLE,</u></b>)                      kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml                 </p>
	PD	
	Kolacja	<p>                     Sałata zielona 10 g                      ser biały z natką pietruszki 80 g (<b><u>MLE,</u></b>)                      jajko(JAJ,) 1 szt (<b><u>JAJ,</u></b>)                      masło (MLE) 10 g (<b><u>MLE,</u></b>)                      chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (<b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b>)                      herbata bez cukru 250 ml                 </p>
		<p>                     E: 2183,28 kcal; : 90.89 g; T: 55.98 g; W: 325.45 g; w tym cukry: 41.67 g; Bł: 14.47 g; Sól: 4.58 g; Kw. tł.nas: 3.60 g;                 </p>

		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
2026-05-19 wtorek	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JEĆCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) Sałata zielona 10 g pomidor b/ skórki 50 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )
	II ŚN	jabłko pieczone z cynamonem 120 g
	Obiad	Pomidorowa z ryżem i natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB,</b> ) kotlet wiedeński z kurczaka(GLU PSZ, MLE, JAJ,) 110 g ( <b>GLU, JAJ, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) cukinia piecz z oreg i olej lniany 150 g ( <b>może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02,</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	
	Kolacja	sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) parówka (2 szt.)(SOJ, GOR,) 130 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU, GOR,</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml

-05-19 wtorek		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
		E: 2008.62 kcal; : 98.04 g; T: 71.24 g; W: 258.09 g; w tym cukry: 26.78 g; Bł: 15.88 g; Sól: 8.32 g; Kw. tł.nas: 1.55 g;
2026-05-20 środa	Śniadanie	płatki żytnie na mleku(GLU ZYT,MLE,) 250 ml ( <b><u>GLU, MLE, może zawierać: ORZ, SEZ.</u></b> ) bukiet kwiatowy (brokuł/ kalafior/marchew) z dipem olej rzep. i bazylią 100 g szynka konserwowa drobiowa (3 plastry )(SOJ,) 50 g ( <b><u>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</u></b> ) masło (MLE) 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b> ) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	kefir z siemieniem lnianym( MLE,) 150 ml ( <b><u>MLE,</u></b> ) Banan 200 g
	Obiad	Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b><u>GLU, MLE, SEL,</u></b> ) zapiekanka z makaronem i warzywami(GLU PSZ,SEL,) 230 g ( <b><u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ,</u></b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	

		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
2026-05-20 środa	Kolacja	Sałata zielona 10 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE.</b> ) chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ.) 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
		E: 2030.59 kcal; : 70.70 g; T: 61.32 g; W: 300.99 g; w tym cukry: 55.37 g; Bł: 28.28 g; Sól: 4.68 g; Kw. tł.nas: 1.25 g;

		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
2026-05-21 czwartek	Śniadanie	<p>                     pomidor b/ skórki 50 g                      kiełbasa szynkowa wp (2 plastry)(SOJ,) 35 g (<u>może zawierać: <b>GLU, SOJ, GOR.</b></u>)                      jajko sadzone(JAJ,) 1 szt (<u><b>JAJ.</b></u>)                      masło roślinne 10 g                      chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (<u><b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b></u>)                      herbata bez cukru 250 ml                 </p>
	II ŚN	<p>                     Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml (<u><b>MLE, może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02.</b></u>)                 </p>
	Obiad	<p>                     selerowa z ziemniakami i zieleniną(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (<u><b>GLU, MLE, SEL.</b></u>)                      spaghetti z mięsem i sosem pomidorowym(GLU PSZ,) 200 g (<u><b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ.</b></u>)                      kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml                 </p>
	PD	
	Kolacja	<p>                     sałatka ryżowa+march+grosz+sał+olej 80 g (<u>może zawierać: <b>GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB.</b></u>)                      kiełbasa szynkowa wp (3 plastry)(SOJ,) 50 g (<u>może zawierać: <b>GLU, SOJ, GOR.</b></u>)                      masło (MLE) 10 g (<u><b>MLE.</b></u>)                      bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (<u><b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b></u>)                      herbata bez cukru 250 ml                 </p>
		<p>                     E: 2077.73 kcal; : 88.72 g; T: 63.94 g; W: 263.30 g; w tym cukry: 15.43 g; Bt: 15.29 g; Sól: 5.32 g; Kw. tł.nas: 5.70 g;                 </p>

2026-05-22 piątek		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
Kolacja		
PD		
Obiad		
II ŚN		
Śniadanie		

		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
2026-05-23 sobota	Śniadanie	kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml ( <b>MLE,</b> ) pomidor b/ skórki 50 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE,</b> ) miód naturalny 25 g masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	sok Kubuś 300 ml
	Obiad	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, SEL,</b> ) Kaszotto z kaszą jęczmienną i warzywami(GLU JĘCZ,SEL,) 200 g ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ,SEL,MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	
	Kolacja	sał.makaron.+march.+fasol.szparag.+natk.pietr.+jog.nat.(MLE, GLU.PSZ,) 100 g ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ,</b> ) szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) dżem owocowy 25 g masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml

-05-23 sobota		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
		E: 2084.77 kcal; : 65.34 g; T: 47.17 g; W: 349.32 g; w tym cukry: 19.22 g; Bł: 28.05 g; Sól: 4.27 g; Kw. tł.nas: 0.18 g;
2026-05-24 niedziela	Śniadanie	sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) masło roślinne 10 g chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ, 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
	II ŚN	maślanka(MLE,) 150 ml ( <b>MLE</b> )
	Obiad	Pomidorowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE, 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ.</b> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <b>GLU, JAJ, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) pulpet(JAJ,) 120 g ( <b>GLU, JAJ, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) sos pieczeniowy(GLU PSZ,MLE, 100 ml ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02.</b> ) ziemniaki z koperkiem 250 g ćwikła 150 g ( <b>MLE, S02, może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02.</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	

2026-05-24 niedziela	Kolacja	P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
		<p>sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g (<b>GOR.</b>)</p> <p>szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g (<b>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</b>)</p> <p>masło roślinne 10 g</p> <p>chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (<b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b>)</p> <p>herbata bez cukru 250 ml</p>
		E: 2095.61 kcal; : 98.23 g; T: 63.51 g; W: 280.54 g; w tym cukry: 29.54 g; Bł: 20.11 g; Sól: 7.44 g; Kw. tł.nas: 5.81 g;

		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
2026-05-25 poniedziałek	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) pomidor b/ skórki 50 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 50 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b> ) jajko(JAJ,) 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )
	II ŚN	sok Kubuś 300 ml
	Obiad	grysikowa z natk.pietr.(GLU PSZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) pierogi leniwe (8szt) z białym serem i tłuszcz.(GLU PSZ, JAJ, MLE,) 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ) surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot owoc z cukrem (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
	PD	
	Kolacja	sałata zielona (2 liście) 35 g ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> ) herbata bez cukru 250 ml
		E: 2019.36 kcal; : 83.29 g; T: 61.27 g; W: 280.89 g; w tym cukry: 22.60 g; Bł: 17.75 g; Sól: 5.17 g; Kw. tł.nas: 3.61 g;

		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
2026-05-26 wtorek	Śniadanie	<p>Salata zielona 10 g                  pomidor b/ skórki 50 g                  ser biały z koperkiem(MLE) 80 g                  (<b>MLE</b>)                  jajko(JAJ,) 1 szt (<b>JAJ</b>)                  masło (MLE) 10 g (<b>MLE</b>)                  bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt                  (<b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b>)                  herbata bez cukru 250 ml</p>
	II ŚN	<p>Szarlotka(GLU PSZ,JAJ,MLE,) 140 g                  (<b>GLU, JAJ, MLE</b>)</p>
	Obiad	<p>Solferino z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>)                  Rizotto z włoszczyzną(SEL,) 240 g                  (<b>MLE, SEL, może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB</b>)                  sos koperkowy (GLU PSZ,MLE,) 100 ml (<b>GLU, MLE</b>)                  surówka z marchwi i jabłka 150 g                  kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml</p>
	PD	
	Kolacja	<p>bukiet jarzyn: brokuł i kalafior+ olej+przyp. prowans. 120 g                  kiełbasa wieprz50%-wołowa50%(2plastry) 35 g (<b>może zawierać: GLU, SOJ, GOR</b>)                  masło (MLE) 10 g (<b>MLE</b>)                  chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (<b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b>)                  herbata bez cukru 250 ml</p>
		<p>E: 2033.52 kcal; : 70.74 g; T: 67.40 g; W: 288.03 g; w tym cukry: 40.27 g; Bt: 22.17 g; Sól: 4.56 g; Kw. tł.nas: 3.85 g;</p>

		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
2026-05-27 środa	Śniadanie	kakao na mleku bez cukru(MLE,) 250 ml ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g pomidor b/ skórki 50 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,.) 50 g ( <b>może zawierać: GLU, SEL, GOR.</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE</b> ) bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> )
	II ŚN	jablko gotowane 120 g
	Obiad	ziemniaczana z natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) naleśniki z białym serem (2 szt)(GLU PSZ,MLE,JAJ) 260g 260 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml
	PD	sok Kubuś 300 ml
	Kolacja	sałatka ryżowa+march+grosz+sał+olej 80 g ( <b>może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB.</b> ) ser biały z koperkiem(MLE) 80 g ( <b>MLE</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE</b> ) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</b> ) herbata bez cukru 250 ml
		E: 2166.99 kcal; : 87.33 g; T: 71.69 g; W: 288.01 g; w tym cukry: 22.00 g; Bt: 15.46 g; Sól: 4.59 g; Kw. tł.nas: 1.21 g;

		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
2026-05-28 czwartek	Śniadanie	<p>płatki jęczmienne na mleku (GLU JĘCZ,MLE,) 250 ml (<b>GLU, MLE,</b>)                      sałatka z                      k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+                      olej rzep. 100 g                      szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (<b>może zawierać: GLU, SEL, GOR,</b>)                      masło (MLE) 10 g (<b>MLE,</b>)                      masło (MLE) 10 g (<b>MLE,</b>)                      chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (<b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b>)                      herbata owocowa b/cukru 250 ml</p>
	II ŚN	<p>Budyń(GLU PSZ,MLE,) 150 ml (<b>MLE, może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2,</b>)</p>
	Obiad	<p>jarzynowa z makaronem i natk.pietr.(GLU PSZ,SEL,MLE,) 350 ml (<b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ,</b>)                      pulpet z ryby mintaj (GLU PSZ,JAJ,) 130 g (<b>GLU, JAJ, RYB, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b>)                      marchewka oprószana(GLU PSZ,MLE,) 150 g (<b>GLU, MLE,</b>)                      ziemniaki z koperkiem 250 g                      kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml</p>
	PD	
	Kolacja	<p>pomidor b/ skórki 50 g                      ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (<b>MLE,</b>)                      masło (MLE) 10 g (<b>MLE,</b>)                      masło (MLE) 10 g (<b>MLE,</b>)                      chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (<b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b>)                      herbata bez cukru 250 ml</p>

05-28 czwartek		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
		E: 2011.67 kcal; : 73.88 g; T: 73.03 g; W: 265.94 g; w tym cukry: 24.97 g; Bł: 22.80 g; Sól: 3.88 g; Kw. tł.nas: 1.85 g;
2026-05-29 piątek	Śniadanie	kawa zbożowa z mlekiem b/cukru(GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE,) 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ) sałatka z og. kiszonych bez skórki, marchwii i koperku z olejem 100 g ( <b>GOR,</b> ) ser biały z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) masło (MLE) 10 g ( <b>MLE,</b> ) bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt ( <b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</b> )
	II ŚN	sałatka owocowa z ananasem i jabłkiem 150 g ciasteczka zbożowe musli z owocami (4 sztuki)(GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, GLU OW, MLE, SOJ OZI) 50 g ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ,</b> )
	Obiad	krupnik z nat.pietr (GLU JĘCZ, SEL, MLE,) 350 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) Zapiekanka z makaronem i włoszczyzną(GLU PSZ, SEL,) 230 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SOJ,</b> ) sos pomidorowy(GLU PSZ, SEL, MLE,) 100 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ) kompot owoc z cukrem (jab, śli, aro, porz, agr, wiś) 250 ml
	PD	

		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
2026-05-29 piątek	Kolacja	<p>                     pomidor b/ skórki 50 g                      pasta z jaj z koperkiem(JAJ,MLE,) 90 g (<b>JAJ</b>,)                      masło (MLE) 10 g (<b>MLE</b>,)                      bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (<b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b>,)                      herbata bez cukru 250 ml                 </p> <p>                     E: 2107.73 kcal; : 76.21 g; T: 75.84 g; W: 282.80 g; w tym cukry: 22.56 g; Bł: 21.91 g; Sól: 6.33 g; Kw. tł.nas: 5.38 g;                 </p>
	Śniadanie	<p>                     kasza kukurydziana na mleku(MLE,) 250 ml (<b>MLE</b>,)                      dżem owocowy 25 g                      szynka drobiowa z kurczaka (2 pl)(SOJ,) 35 g (<b>może zawierać: GLU, SEL, GOR</b>,)                      masło (MLE) 10 g (<b>MLE</b>,)                      bułka zwykła(GLU PSZ,) 1 szt (<b>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</b>,)                      herbata bez cukru 250 ml                 </p>
2026-05-30 sobota	II ŚN	<p>                     kisiel 150 ml (<b>może zawierać: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02</b>,)                 </p>
	Obiad	<p>                     barszcz czerwony z ziemniakami i nat.pietr.(GLU PSZ,MLE,SEL,) 350 ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>,)                      ryż na mleku z jabłkami(MLE,) 350 g (<b>MLE, może zawierać: GLU, ORZ, SEL, S02, ŁUB</b>,)                      kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml                 </p>
	PD	

2026-05-30 sobota	Kolacja	P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
		<p>                     pomidor b/ skórki 50 g                      ser biały (MLE) 70 g (<b><u>MLE</u></b>)                      masło (MLE) 10 g (<b><u>MLE</u></b>)                      chleb pszenny 3 kromki (GLU PSZ,) 95 g (<b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u></b>)                      herbata bez cukru 250 ml                 </p>
		<p>                     E: 2012.87 kcal; : 57.52 g; T: 45.67 g; W: 341.26 g; w tym cukry: 26.33 g; Bł: 13.30 g; Sól: 3.36 g; Kw. tł.nas: 0.13 g;                 </p>

		P02/3 łatwostrawna dzieci 10-18 lat
2026-05-31 niedziela	Śniadanie	<p>sałatka z k.jagl+march.+fasolka+natk.pietr.+ olej rzep. 100 g szynka drobiowa z kruczaka (3 pl)(SOJ,) 60 g (<b><u>może zawierać:</u></b> <b><u>GLU, SEL, GOR,</u></b>) masło (MLE) 10 g (<b><u>MLE,</u></b>) chleb pszenny 3 kromki(GLU PSZ,) 95 g (<b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b>) herbata bez cukru 250 ml</p>
	II ŚN	<p>maślanka z otrębami pszennymi(GLU PSZ,MLE,) 150 ml (<b><u>GLU, MLE, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ,</u></b>)</p>
	Obiad	<p>Rosół z makaronem i natk.pietr.I(GLU PSZ,SEL,) 350 ml (<b><u>GLU, SEL, może zawierać: SOJ,</u></b>) udko z kurczaka pieczone 200 g ziemniaki z koperkiem 250 g buraczki(GLU PSZ,) 150 g (<b><u>GLU, MLE,</u></b>) kompot owoc z cukrem (jab,śli,aro,porz,agr,wiś) 250 ml</p>
	PD	
	Kolacja	<p>sałatka z pomidora b/skórki, sałaty zielonej, fasolki szparagowej i natki pietruszki z olejem rzep. 100 g ser biały z koperkiem(MLE) 80 g (<b><u>MLE,</u></b>) masło (MLE) 10 g (<b><u>MLE,</u></b>) chleb pszenny 2 kromki(GLU PSZ,) 68 g (<b><u>GLU, może zawierać: GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u></b>) herbata bez cukru 250 ml</p>
		<p>E: 2074.18 kcal; : 117.84 g; T: 72.35 g; W: 236.27 g; w tym cukry: 30.08 g; Bt: 19.57 g; Sól: 4.90 g; Kw. tł.nas: 10.51 g;</p>

SP ZOZ Leżajsk  
ul. Leśna 22, 37-300, Leżajsk

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

*E - Wartość energ. [kcal],*

*- Białko ogółem,*

*T - Tłuszcz,*

*W - Węglowodany ogółem,*

*Sól - Sól,*

*Kw. tł.nas - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,*

*Bł - Błonnik pokarmowy,*

*w tym cukry - suma cukrów prostych,*