		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-12 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Hummus z ciecierzycy 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 400 ml (***GLU PSZ,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Schab gotowany 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) mielony Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Słupki z marchewki 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Słupki z marchewki 30 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Słupki z marchewki 30 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera, marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)		Brokułowa z ryżem brązowym (bez mleka) * 400 ml (***SEL,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera, marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Woda z cytryną 200 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (***SEL,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera, marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Woda z cytryną 200 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Woda z cytryną 200 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera, marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (***RYB, SEL,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (***RYB, SEL,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (***RYB, SEL,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (***RYB, SEL,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (***RYB, SEL,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (***RYB, SEL,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (***RYB, SEL,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2060.14 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 67.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 304.42 g; W tym cukry: 43.83 g; Błonnik pok.: 39.50 g; Sól: 7.28 g; Sód: 2906.15 mg;	Wartość energetyczna: 2074.42 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 286.79 g; W tym cukry: 40.76 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 7.89 g; Sód: 3145.13 mg;	Wartość energetyczna: 2029.72 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 61.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 286.32 g; W tym cukry: 41.84 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 7.24 g; Sód: 2896.58 mg;	Wartość energetyczna: 1887.39 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz: 62.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 259.21 g; W tym cukry: 20.03 g; Błonnik pok.: 18.99 g; Sól: 6.26 g; Sód: 2501.17 mg;	Wartość energetyczna: 2289.47 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 89.27 g; Kw. tł. nasy.: 39.95 g; Węglowodany ogółem: 284.17 g; W tym cukry: 28.47 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sól: 12.46 g; Sód: 4980.98 mg;	Wartość energetyczna: 2252.92 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 62.02 g; Kw. tł. nasy.: 11.92 g; Węglowodany ogółem: 335.25 g; W tym cukry: 26.41 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 12.26 g; Sód: 4896.95 mg;	Wartość energetyczna: 2224.91 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 291.04 g; W tym cukry: 24.84 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2994.19 mg;	Wartość energetyczna: 2166.60 kcal; Białko ogółem: 103.56 g; Tłuszcz: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 304.13 g; W tym cukry: 50.00 g; Błonnik pok.: 20.62 g; Sól: 6.25 g; Sód: 2487.81 mg;	Wartość energetyczna: 1966.40 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 280.23 g; W tym cukry: 42.10 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sól: 7.34 g; Sód: 2929.87 mg;	Wartość energetyczna: 2438.77 kcal; Białko ogółem: 113.17 g; Tłuszcz: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 40.63 g; Węglowodany ogółem: 334.01 g; W tym cukry: 44.99 g; Błonnik pok.: 32.08 g; Sól: 9.56 g; Sód: 3819.81 mg;

		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-13 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Schab gotowany 40 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***)	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 400 ml (***GLU PSZ.***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Schab gotowany 40 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) mielona Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) mielony Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Schab gotowany 40 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ.***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Słupki z marchewki 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE.***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 10 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ.***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02.***) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (***GLU PSZ.***) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ.***) Kasza bulgur 180 g (***GLU PSZ.***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (***GLU PSZ.***) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ.***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ.***) Dynia duszona z marchewką ** 150 g (***GLU PSZ.***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (***GLU PSZ.***) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (***MLE.***) Kasza bulgur 180 g (***GLU PSZ.***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (***GLU PSZ.***) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ.***) Kasza bulgur 180 g (***GLU PSZ.***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (***GLU PSZ.***) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (***MLE.***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ.***) Dynia duszona z marchewką ** 150 g (***GLU PSZ.***) Woda z cytryną 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (***GLU PSZ.***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ.***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE.***) Dynia duszona z marchewką ** 150 g (***GLU PSZ.***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***)	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (***GLU PSZ.***) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ.***) Kasza bulgur 180 g (***GLU PSZ.***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (***GLU PSZ.***) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ.***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ.***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 30 g		Jabłko pieczone 150 g			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL.***) Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL.***) Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL.***) Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE.***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL.***) Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL.***) Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab gotowany 40 g Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL.***) Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE.***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) mielony Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.***) Twarożek 50 g (***MLE.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL.***) Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL.***) Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Twarożek 50 g (***MLE.***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Twarożek 50 g (***MLE.***)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2111.78 kcal; Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 68.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 296.90 g; W tym cukry: 35.06 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 6.79 g; Sód: 2717.51 mg;	Wartość energetyczna: 2167.33 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 66.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.41 g; Węglowodany ogółem: 310.31 g; W tym cukry: 39.74 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sól: 6.86 g; Sód: 2736.70 mg;	Wartość energetyczna: 2204.78 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; W tym cukry: 40.86 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 6.37 g; Sód: 2553.51 mg;	Wartość energetyczna: 2003.50 kcal; Białko ogółem: 95.54 g; Tłuszcz: 59.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 283.61 g; W tym cukry: 19.30 g; Błonnik pok.: 19.87 g; Sól: 5.98 g; Sód: 2390.41 mg;	Wartość energetyczna: 2237.59 kcal; Białko ogółem: 109.50 g; Tłuszcz: 73.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 291.05 g; W tym cukry: 30.18 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sól: 11.69 g; Sód: 4677.40 mg;	Wartość energetyczna: 2471.13 kcal; Białko ogółem: 116.59 g; Tłuszcz: 73.32 g; Kw. tł. nasy.: 15.62 g; Węglowodany ogółem: 344.22 g; W tym cukry: 19.87 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 11.77 g; Sód: 4705.97 mg;	Wartość energetyczna: 2295.42 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 69.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 318.72 g; W tym cukry: 45.79 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 6.26 g; Sód: 2509.96 mg;	Wartość energetyczna: 2206.74 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 65.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 313.25 g; W tym cukry: 42.84 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 7.13 g; Sód: 2848.60 mg;	Wartość energetyczna: 2089.39 kcal; Białko ogółem: 111.68 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 293.07 g; W tym cukry: 37.33 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 6.48 g; Sód: 2592.52 mg;	Wartość energetyczna: 2479.52 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 79.81 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 340.00 g; W tym cukry: 36.91 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 8.06 g; Sód: 3223.80 mg;

		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-14 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 400 ml (***GLU PSZ,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielona Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (***MLE,***) Słupki z marchewki 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Słupki z marchewki 30 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Słupki z marchewki 30 g
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami*. 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami*. 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami*. 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Woda z cytryną 200 ml	Grysikowa z ziemniakami*. 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Woda z cytryną 200 ml	Grysikowa z ziemniakami*. 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Grysikowa z ziemniakami*. 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami*. 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka konserwowa 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Papryka konserwowa 30 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Śliwka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Rzodkiew biała rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab gotowany 30 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Rzodkiew biała rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Śliwka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Śliwka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Tofu 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2228.01 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 69.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.58 g; Węglowodany ogółem: 328.96 g; W tym cukry: 72.19 g; Błonnik pok.: 33.39 g; Sól: 9.41 g; Sód: 3765.38 mg;	Wartość energetyczna: 2082.16 kcal; Białko ogółem: 91.66 g; Tłuszcz: 52.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 330.67 g; W tym cukry: 85.44 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 7.81 g; Sód: 3122.44 mg;	Wartość energetyczna: 2154.61 kcal; Białko ogółem: 96.91 g; Tłuszcz: 53.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 336.31 g; W tym cukry: 86.58 g; Błonnik pok.: 21.95 g; Sól: 7.08 g; Sód: 2842.97 mg;	Wartość energetyczna: 1885.89 kcal; Białko ogółem: 82.31 g; Tłuszcz: 45.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 297.49 g; W tym cukry: 52.55 g; Błonnik pok.: 15.06 g; Sól: 6.69 g; Sód: 2682.93 mg;	Wartość energetyczna: 2179.01 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 61.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 306.57 g; W tym cukry: 32.35 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 12.39 g; Sód: 4959.45 mg;	Wartość energetyczna: 2438.21 kcal; Białko ogółem: 120.01 g; Tłuszcz: 65.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.90 g; Węglowodany ogółem: 358.46 g; W tym cukry: 27.13 g; Błonnik pok.: 32.96 g; Sól: 12.38 g; Sód: 4945.91 mg;	Wartość energetyczna: 2061.62 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 55.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.67 g; Węglowodany ogółem: 301.83 g; W tym cukry: 29.49 g; Błonnik pok.: 17.53 g; Sól: 6.95 g; Sód: 2798.06 mg;	Wartość energetyczna: 2253.78 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 58.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 345.29 g; W tym cukry: 70.49 g; Błonnik pok.: 17.91 g; Sól: 7.27 g; Sód: 2910.93 mg;	Wartość energetyczna: 2162.14 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 54.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 334.81 g; W tym cukry: 86.65 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sól: 7.19 g; Sód: 2880.35 mg;	Wartość energetyczna: 2456.78 kcal; Białko ogółem: 114.62 g; Tłuszcz: 69.84 g; Kw. tł. nasy.: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 362.40 g; W tym cukry: 76.13 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 10.54 g; Sód: 4222.05 mg;

		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.latwo przyswajalnych weglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.latwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.latwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-15 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab gotowany 30 g Pasta z groszku zielonego b/mł 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g mielony Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN				Biszkopty b/mł 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g	Biszkopty b/mł 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Brokuł gotowany* 150 g Woda z cytryną 200 ml		Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 150 g Woda z cytryną 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Rzodkiew biała plastry 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzodkiew biała plastry 30 g	Jabłko pieczone 150 g			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 60 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* 80 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 60 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 60 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 60 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 60 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 60 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielony Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 60 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 60 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)
	PN	Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***)	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
		Wartość energetyczna: 2232.82 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 68.59 g; Kw. tł. nasy.: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 331.27 g; W tym cukry: 57.12 g; Błonnik pok.: 33.41 g; Sól: 8.21 g; Sód: 3260.59 mg;	Wartość energetyczna: 2233.18 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 62.15 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 331.57 g; W tym cukry: 56.96 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 7.98 g; Sód: 3187.02 mg;	Wartość energetyczna: 2229.71 kcal; Białko ogółem: 104.09 g; Tłuszcz: 62.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 326.07 g; W tym cukry: 57.07 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 7.10 g; Sód: 2842.51 mg;	Wartość energetyczna: 1993.17 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 56.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 293.64 g; W tym cukry: 34.10 g; Błonnik pok.: 19.67 g; Sól: 6.70 g; Sód: 2680.33 mg;	Wartość energetyczna: 2283.56 kcal; Białko ogółem: 110.41 g; Tłuszcz: 74.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.49 g; Węglowodany ogółem: 303.37 g; W tym cukry: 31.16 g; Błonnik pok.: 30.31 g; Sól: 13.47 g; Sód: 5388.08 mg;	Wartość energetyczna: 2290.57 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw. tł. nasy.: 11.80 g; Węglowodany ogółem: 344.03 g; W tym cukry: 23.64 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 11.80 g; Sód: 4715.60 mg;	Wartość energetyczna: 2244.98 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 323.87 g; W tym cukry: 44.30 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 7.98 g; Sód: 3203.52 mg;	Wartość energetyczna: 2180.20 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 65.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; W tym cukry: 46.59 g; Błonnik pok.: 22.06 g; Sól: 7.68 g; Sód: 3065.00 mg;	Wartość energetyczna: 2117.48 kcal; Białko ogółem: 104.53 g; Tłuszcz: 54.62 g; Kw. tł. nasy.: 18.81 g; Węglowodany ogółem: 322.12 g; W tym cukry: 57.14 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 7.42 g; Sód: 2962.24 mg;	Wartość energetyczna: 2466.26 kcal; Białko ogółem: 115.63 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 368.61 g; W tym cukry: 61.70 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 9.69 g; Sód: 3872.16 mg;

		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Schab gotowany 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g Tłuszcz do smarowania 59% [Por] x 20 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Wafle ryżowe 30 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml		Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Woda z cytryną 200 ml Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***)	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzodkiew biała plastry 30 g		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2110.88 kcal; Białko ogółem: 101.17 g; Tłuszcz: 71.90 g; Kw. tł. nasy.: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; W tym cukry: 46.61 g; Błonnik pok.: 32.25 g; Sól: 7.40 g; Sód: 2961.16 mg;	Wartość energetyczna: 2076.30 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 299.72 g; W tym cukry: 43.16 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2817.68 mg;	Wartość energetyczna: 1992.11 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 57.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 295.58 g; W tym cukry: 42.04 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sól: 6.62 g; Sód: 2653.06 mg;	Wartość energetyczna: 1790.12 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 268.80 g; W tym cukry: 22.22 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 6.16 g; Sód: 2464.78 mg;	Wartość energetyczna: 2307.01 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 80.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 344.12 g; W tym cukry: 37.82 g; Błonnik pok.: 54.81 g; Sól: 9.94 g; Sód: 3974.85 mg;	Wartość energetyczna: 2218.88 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 60.30 g; Kw. tł. nasy.: 12.14 g; Węglowodany ogółem: 363.46 g; W tym cukry: 30.18 g; Błonnik pok.: 51.05 g; Sól: 10.42 g; Sód: 4155.25 mg;	Wartość energetyczna: 2104.04 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 64.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 300.20 g; W tym cukry: 27.28 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 7.55 g; Sód: 3026.28 mg;	Wartość energetyczna: 2303.16 kcal; Białko ogółem: 109.57 g; Tłuszcz: 67.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 329.33 g; W tym cukry: 44.93 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2797.02 mg;	Wartość energetyczna: 1894.59 kcal; Białko ogółem: 92.33 g; Tłuszcz: 49.66 g; Kw. tł. nasy.: 12.88 g; Węglowodany ogółem: 293.87 g; W tym cukry: 49.15 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 6.61 g; Sód: 2643.83 mg;	Wartość energetyczna: 2443.31 kcal; Białko ogółem: 122.65 g; Tłuszcz: 78.65 g; Kw. tł. nasy.: 39.59 g; Węglowodany ogółem: 330.14 g; W tym cukry: 43.37 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 9.39 g; Sód: 3759.61 mg;

		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-17 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Schab gotowany 40 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 500 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielony Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) mielony Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek z koperkiem 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 50 g Papryka świeża 30 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek z koperkiem 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza gryczana 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml		Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE,***) Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***)	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	
	PD					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g		Jabłko pieczone 150 g			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twarożek 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***)	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2463.87 kcal; Białko ogółem: 107.89 g; Tłuszcz: 86.78 g; Kw. tł. nasy.: 38.55 g; Węglowodany ogółem: 343.39 g; W tym cukry: 67.93 g; Błonnik pok.: 37.73 g; Sól: 8.05 g; Sód: 3215.44 mg;	Wartość energetyczna: 2274.98 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 325.79 g; W tym cukry: 67.35 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 7.95 g; Sód: 3178.90 mg;	Wartość energetyczna: 2140.00 kcal; Białko ogółem: 99.06 g; Tłuszcz: 62.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 311.03 g; W tym cukry: 57.96 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 7.04 g; Sód: 2821.96 mg;	Wartość energetyczna: 1931.00 kcal; Białko ogółem: 85.87 g; Tłuszcz: 57.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 281.75 g; W tym cukry: 36.26 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 6.63 g; Sód: 2657.51 mg;	Wartość energetyczna: 2302.69 kcal; Białko ogółem: 113.88 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 33.79 g; Węglowodany ogółem: 340.29 g; W tym cukry: 34.43 g; Błonnik pok.: 47.23 g; Sól: 9.54 g; Sód: 3810.46 mg;	Wartość energetyczna: 2285.29 kcal; Białko ogółem: 106.19 g; Tłuszcz: 70.24 g; Kw. tł. nasy.: 16.40 g; Węglowodany ogółem: 360.45 g; W tym cukry: 33.26 g; Błonnik pok.: 51.15 g; Sól: 9.00 g; Sód: 3591.26 mg;	Wartość energetyczna: 2247.62 kcal; Białko ogółem: 101.47 g; Tłuszcz: 72.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 314.69 g; W tym cukry: 43.15 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 7.48 g; Sód: 3006.87 mg;	Wartość energetyczna: 2189.71 kcal; Białko ogółem: 100.85 g; Tłuszcz: 63.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 318.31 g; W tym cukry: 64.60 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sól: 7.18 g; Sód: 2874.45 mg;	Wartość energetyczna: 2057.20 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 305.58 g; W tym cukry: 62.56 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 7.18 g; Sód: 2876.03 mg;	Wartość energetyczna: 2562.11 kcal; Białko ogółem: 118.79 g; Tłuszcz: 76.59 g; Kw. tł. nasy.: 35.29 g; Węglowodany ogółem: 367.53 g; W tym cukry: 72.33 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 9.02 g; Sód: 3608.18 mg;

		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-18 niedziela	Śniadanie	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielona Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (***SOJ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 10 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław 150 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dynia duszona z marchewką * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dynia duszona z marchewką * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dynia duszona z marchewką * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml		Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dynia duszona z marchewką * 150 g (***GLU PSZ,***) Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE,***) Dynia duszona z marchewką * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Rzepa biała 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Rzepa biała 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Schab gotowany 40 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) mielona Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Banan 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***)	Banan 150 g		
		Wartość energetyczna: 2404.88 kcal; Białko ogółem: 130.18 g; Tłuszcz: 93.84 g; Kw. tł. nasy.: 36.43 g; Węglowodany ogółem: 286.60 g; W tym cukry: 71.97 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 7.88 g; Sód: 3131.60 mg;	Wartość energetyczna: 2453.75 kcal; Białko ogółem: 133.88 g; Tłuszcz: 89.24 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 292.68 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 22.76 g; Sól: 7.84 g; Sód: 3130.08 mg;	Wartość energetyczna: 2311.25 kcal; Białko ogółem: 127.75 g; Tłuszcz: 78.73 g; Kw. tł. nasy.: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 286.23 g; W tym cukry: 62.14 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 7.96 g; Sód: 3188.03 mg;	Wartość energetyczna: 2347.15 kcal; Białko ogółem: 128.12 g; Tłuszcz: 81.02 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 287.00 g; W tym cukry: 47.46 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sól: 7.79 g; Sód: 3121.09 mg;	Wartość energetyczna: 2581.71 kcal; Białko ogółem: 143.66 g; Tłuszcz: 109.84 g; Kw. tł. nasy.: 44.71 g; Węglowodany ogółem: 266.72 g; W tym cukry: 30.69 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 13.11 g; Sód: 5250.79 mg;	Wartość energetyczna: 2461.30 kcal; Białko ogółem: 144.25 g; Tłuszcz: 93.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 273.57 g; W tym cukry: 23.97 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 13.26 g; Sód: 5307.16 mg;	Wartość energetyczna: 2527.81 kcal; Białko ogółem: 147.58 g; Tłuszcz: 85.65 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 304.60 g; W tym cukry: 41.02 g; Błonnik pok.: 20.42 g; Sól: 9.25 g; Sód: 3706.31 mg;	Wartość energetyczna: 2318.28 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 71.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 326.83 g; W tym cukry: 64.39 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 6.98 g; Sód: 2791.56 mg;	Wartość energetyczna: 2198.37 kcal; Białko ogółem: 126.97 g; Tłuszcz: 78.31 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; Węglowodany ogółem: 268.69 g; W tym cukry: 62.62 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 8.01 g; Sód: 3199.85 mg;	Wartość energetyczna: 2810.44 kcal; Białko ogółem: 150.66 g; Tłuszcz: 109.85 g; Kw. tł. nasy.: 45.17 g; Węglowodany ogółem: 323.22 g; W tym cukry: 66.16 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 9.34 g; Sód: 3729.76 mg;

		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-19 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ.***) Hummus z ciecierzycy 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ.***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ.***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ.***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ.***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 300 ml (***GLU PSZ.***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ.***) Schab gotowany 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ.***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ.***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ.***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ.***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ.***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE.***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Sałata zielona 10 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ.***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Naleśniki z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE.***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE.***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE.***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL.***) Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (***SEL.***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL.***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Ryż na sypko 180 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Woda z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ.***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE.***) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***)	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL.***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL.***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.***) Rzodkiew biała plastry 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR.***) Rzodkiew biała plastry 30 g	Jabłko pieczone 150 g			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (***MLE.***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Ser żółty 50 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ.***) Schab gotowany 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) mielony Schab gotowany 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2575.77 kcal; Białko ogółem: 102.46 g; Tłuszcz: 82.62 g; Kw. tł. nasy.: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 384.61 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 7.72 g; Sód: 3060.38 mg;	Wartość energetyczna: 2079.17 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 52.17 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 328.93 g; W tym cukry: 81.10 g; Błonnik pok.: 16.81 g; Sól: 7.58 g; Sód: 3008.52 mg;	Wartość energetyczna: 2092.59 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 51.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 326.04 g; W tym cukry: 81.93 g; Błonnik pok.: 15.16 g; Sól: 7.14 g; Sód: 2834.84 mg;	Wartość energetyczna: 1871.27 kcal; Białko ogółem: 77.28 g; Tłuszcz: 45.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 299.33 g; W tym cukry: 60.16 g; Błonnik pok.: 11.55 g; Sól: 6.18 g; Sód: 2454.88 mg;	Wartość energetyczna: 2184.95 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 69.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 301.36 g; W tym cukry: 28.17 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 12.58 g; Sód: 5025.21 mg;	Wartość energetyczna: 2407.93 kcal; Białko ogółem: 111.83 g; Tłuszcz: 72.25 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 341.57 g; W tym cukry: 26.35 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sól: 12.82 g; Sód: 5110.92 mg;	Wartość energetyczna: 2394.21 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 68.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 353.57 g; W tym cukry: 54.99 g; Błonnik pok.: 21.12 g; Sól: 8.05 g; Sód: 3223.64 mg;	Wartość energetyczna: 2208.74 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 65.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 312.62 g; W tym cukry: 60.05 g; Błonnik pok.: 18.92 g; Sól: 7.40 g; Sód: 2960.44 mg;	Wartość energetyczna: 2035.83 kcal; Białko ogółem: 93.08 g; Tłuszcz: 55.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.27 g; Węglowodany ogółem: 311.47 g; W tym cukry: 60.57 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 7.42 g; Sód: 2958.64 mg;	Wartość energetyczna: 2549.71 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 71.20 g; Kw. tł. nasy.: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 389.25 g; W tym cukry: 84.38 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 9.20 g; Sód: 3665.87 mg;

		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Schab gotowany 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielona Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JECZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Chrupki kukurydziane 20 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Woda z cytryną 200 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Woda z cytryną 200 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***JAJ,***) Ogórek kiszony 30 g		Jabłko pieczone 150 g			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2051.90 kcal; Białko ogółem: 96.91 g; Tłuszcz: 63.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 303.35 g; W tym cukry: 56.39 g; Błonnik pok.: 34.05 g; Sól: 7.96 g; Sód: 3181.35 mg;	Wartość energetyczna: 1907.98 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 53.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 281.32 g; W tym cukry: 53.94 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 7.52 g; Sód: 3001.39 mg;	Wartość energetyczna: 1929.33 kcal; Białko ogółem: 94.30 g; Tłuszcz: 53.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 281.06 g; W tym cukry: 55.16 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2719.51 mg;	Wartość energetyczna: 1720.47 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz: 47.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 253.65 g; W tym cukry: 33.19 g; Błonnik pok.: 16.63 g; Sól: 5.90 g; Sód: 2357.30 mg;	Wartość energetyczna: 2093.87 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 66.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 282.51 g; W tym cukry: 29.66 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 12.70 g; Sód: 5091.33 mg;	Wartość energetyczna: 2152.38 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz: 55.50 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; Węglowodany ogółem: 317.52 g; W tym cukry: 22.69 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 11.40 g; Sód: 4563.17 mg;	Wartość energetyczna: 2136.71 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 59.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 313.08 g; W tym cukry: 54.50 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 7.52 g; Sód: 3012.17 mg;	Wartość energetyczna: 2055.59 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 292.43 g; W tym cukry: 52.94 g; Błonnik pok.: 19.47 g; Sól: 6.38 g; Sód: 2549.22 mg;	Wartość energetyczna: 1951.02 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 53.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; Węglowodany ogółem: 291.81 g; W tym cukry: 56.05 g; Błonnik pok.: 27.71 g; Sól: 7.34 g; Sód: 2933.08 mg;	Wartość energetyczna: 2265.54 kcal; Białko ogółem: 109.71 g; Tłuszcz: 67.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 324.79 g; W tym cukry: 54.86 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sól: 9.85 g; Sód: 3937.47 mg;

		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-21 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Śliwka 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab gotowany 40 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielona Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Papryka świeża 30 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Wafle ryżowe 30 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 30 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml		Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (***SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE,***) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Rzodkiew biała plastry 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Rzodkiew biała plastry 30 g	Jabłko pieczone 150 g			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 50 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 50 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Hummus 50 g (***SEZ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielona Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 50 g (***RYB, SOJ,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2291.45 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 328.67 g; W tym cukry: 56.99 g; Błonnik pok.: 35.61 g; Sól: 9.67 g; Sód: 3871.84 mg;	Wartość energetyczna: 2184.91 kcal; Białko ogółem: 95.42 g; Tłuszcz: 65.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 319.18 g; W tym cukry: 46.49 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sól: 9.60 g; Sód: 3830.75 mg;	Wartość energetyczna: 2187.26 kcal; Białko ogółem: 98.22 g; Tłuszcz: 64.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; Węglowodany ogółem: 316.82 g; W tym cukry: 48.31 g; Błonnik pok.: 21.76 g; Sól: 8.65 g; Sód: 3460.88 mg;	Wartość energetyczna: 1919.66 kcal; Białko ogółem: 83.72 g; Tłuszcz: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 278.21 g; W tym cukry: 14.35 g; Błonnik pok.: 14.98 g; Sól: 8.25 g; Sód: 3301.13 mg;	Wartość energetyczna: 2414.38 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 86.68 g; Kw. tł. nasy.: 37.87 g; Węglowodany ogółem: 313.04 g; W tym cukry: 36.90 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 13.30 g; Sód: 5321.84 mg;	Wartość energetyczna: 2491.67 kcal; Białko ogółem: 116.56 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 348.78 g; W tym cukry: 28.19 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 12.86 g; Sód: 5136.60 mg;	Wartość energetyczna: 2401.71 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 352.39 g; W tym cukry: 50.10 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 7.81 g; Sód: 3127.48 mg;	Wartość energetyczna: 2155.75 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 68.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 298.40 g; W tym cukry: 34.27 g; Błonnik pok.: 16.87 g; Sól: 9.04 g; Sód: 3610.83 mg;	Wartość energetyczna: 2013.04 kcal; Białko ogółem: 97.66 g; Tłuszcz: 47.92 g; Kw. tł. nasy.: 15.08 g; Węglowodany ogółem: 320.48 g; W tym cukry: 53.85 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sól: 8.58 g; Sód: 3432.79 mg;	Wartość energetyczna: 2551.41 kcal; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 73.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 377.59 g; W tym cukry: 60.49 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sól: 11.41 g; Sód: 4562.88 mg;

		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kleik z kaszy manny na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Schab gotowany 30 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielona Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Chrupki kukurydziane 20 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron Spaghetti 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron Spaghetti 180 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (***MLE,***) Woda z cytryną 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda z cytryną 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron Spaghetti 180 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda z cytryną 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron Spaghetti 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 30 g		Jabłko pieczone 150 g			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pasta z fasoli 80 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 60 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pasta z fasoli 80 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasta z fasoli 80 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) mielony Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pasta z fasoli 80 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pasta z fasoli 80 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Jabłko 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Jabłko 150 g	
		Wartość energetyczna: 2407.18 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 76.61 g; Kw. tł. nasy.: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 352.56 g; W tym cukry: 63.69 g; Błonnik pok.: 40.06 g; Sól: 7.16 g; Sód: 2860.11 mg;	Wartość energetyczna: 2230.00 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 69.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 312.45 g; W tym cukry: 50.39 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sól: 7.14 g; Sód: 2857.87 mg;	Wartość energetyczna: 2200.13 kcal; Białko ogółem: 104.82 g; Tłuszcz: 63.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 312.08 g; W tym cukry: 51.53 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2732.28 mg;	Wartość energetyczna: 2049.41 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 285.70 g; W tym cukry: 29.94 g; Błonnik pok.: 19.51 g; Sól: 6.01 g; Sód: 2412.62 mg;	Wartość energetyczna: 2468.68 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 78.20 g; Kw. tł. nasy.: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 342.39 g; W tym cukry: 36.81 g; Błonnik pok.: 39.20 g; Sól: 11.34 g; Sód: 4531.47 mg;	Wartość energetyczna: 2554.58 kcal; Białko ogółem: 119.80 g; Tłuszcz: 73.79 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; Węglowodany ogółem: 368.58 g; W tym cukry: 22.80 g; Błonnik pok.: 40.64 g; Sól: 10.55 g; Sód: 4212.30 mg;	Wartość energetyczna: 2435.13 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; Tłuszcz: 74.31 g; Kw. tł. nasy.: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 341.91 g; W tym cukry: 50.84 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sól: 7.39 g; Sód: 2972.04 mg;	Wartość energetyczna: 2123.92 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 65.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 297.51 g; W tym cukry: 46.00 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sól: 6.64 g; Sód: 2660.92 mg;	Wartość energetyczna: 2278.46 kcal; Białko ogółem: 103.36 g; Tłuszcz: 64.30 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 350.42 g; W tym cukry: 65.29 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 5.77 g; Sód: 2303.87 mg;	Wartość energetyczna: 2773.84 kcal; Białko ogółem: 126.50 g; Tłuszcz: 84.11 g; Kw. tł. nasy.: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 402.40 g; W tym cukry: 64.96 g; Błonnik pok.: 38.33 g; Sól: 7.77 g; Sód: 3107.05 mg;

		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-23 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Kleik z kaszy manny na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Schab gotowany 30 g Pasta z tofu i papryki 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 100 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Wafle ryżowe 30 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml		Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Woda z cytryną 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***)	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Rzodkiew biała plastry 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Rzodkiew biała plastry 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2105.29 kcal; Białko ogółem: 92.56 g; Tłuszcz: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 315.08 g; W tym cukry: 74.43 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 7.32 g; Sód: 2930.31 mg;	Wartość energetyczna: 2190.63 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 59.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 336.19 g; W tym cukry: 80.31 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 6.79 g; Sód: 2718.83 mg;	Wartość energetyczna: 2105.86 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 51.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 327.19 g; W tym cukry: 64.15 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 6.88 g; Sód: 2759.65 mg;	Wartość energetyczna: 1822.06 kcal; Białko ogółem: 80.84 g; Tłuszcz: 46.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 282.59 g; W tym cukry: 30.71 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sól: 6.49 g; Sód: 2606.16 mg;	Wartość energetyczna: 2297.08 kcal; Białko ogółem: 105.12 g; Tłuszcz: 81.24 g; Kw. tł. nasy.: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 337.49 g; W tym cukry: 22.50 g; Błonnik pok.: 46.36 g; Sól: 10.08 g; Sód: 4034.09 mg;	Wartość energetyczna: 2294.79 kcal; Białko ogółem: 103.59 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 13.34 g; Węglowodany ogółem: 364.53 g; W tym cukry: 18.27 g; Błonnik pok.: 47.49 g; Sól: 9.73 g; Sód: 3888.14 mg;	Wartość energetyczna: 2301.56 kcal; Białko ogółem: 111.60 g; Tłuszcz: 61.90 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 337.70 g; W tym cukry: 41.43 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 7.74 g; Sód: 3104.38 mg;	Wartość energetyczna: 2207.77 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 338.23 g; W tym cukry: 65.49 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sól: 6.40 g; Sód: 2568.57 mg;	Wartość energetyczna: 1914.07 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 46.07 g; Kw. tł. nasy.: 12.77 g; Węglowodany ogółem: 301.76 g; W tym cukry: 61.84 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.75 g; Sód: 3106.29 mg;	Wartość energetyczna: 2419.54 kcal; Białko ogółem: 109.68 g; Tłuszcz: 69.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 354.68 g; W tym cukry: 73.19 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sól: 9.34 g; Sód: 3739.01 mg;

		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-24 sobota	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Schab gotowany 40 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) mielona Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ.***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Ser żółty 30 g (***MLE.***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE.***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 50 g Sałata zielona 10 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Wafle ryżowe 30 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Ser żółty 30 g (***MLE.***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (***SEL.***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SEL.***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 150 Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (***SEL.***) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml		Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SEL.***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 150 Woda z cytryną 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ.***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE.***) Buraczki gotowane 150 Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***)	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SEL.***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane 150 Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SEL.***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 150 Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.***) Rzodkiew biała plastry 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Filet z kurczaka gotowany 50 g Rzodkiew biała plastry 30 g	Jabłko pieczone 150 g			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) mielona Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Banan 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Filet z kurczaka gotowany 30 g	Banan 150 g		
		Wartość energetyczna: 2246.54 kcal; Białko ogółem: 89.60 g; Tłuszcz: 69.56 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 342.18 g; W tym cukry: 79.18 g; Błonnik pok.: 37.32 g; Sól: 8.56 g; Sód: 3418.99 mg;	Wartość energetyczna: 2301.22 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 62.30 g; Kw. tł. nasy.: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; W tym cukry: 80.74 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 8.18 g; Sód: 3269.48 mg;	Wartość energetyczna: 2212.84 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz: 58.92 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 337.37 g; W tym cukry: 73.03 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 7.24 g; Sód: 2908.24 mg;	Wartość energetyczna: 2010.79 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz: 52.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 312.73 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sól: 6.84 g; Sód: 2741.63 mg;	Wartość energetyczna: 2261.65 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 39.26 g; Węglowodany ogółem: 297.84 g; W tym cukry: 24.83 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sól: 12.84 g; Sód: 5131.36 mg;	Wartość energetyczna: 2265.25 kcal; Białko ogółem: 101.37 g; Tłuszcz: 71.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.61 g; Węglowodany ogółem: 316.00 g; W tym cukry: 23.23 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sól: 11.54 g; Sód: 4602.46 mg;	Wartość energetyczna: 2205.12 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 60.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 329.32 g; W tym cukry: 42.15 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 7.21 g; Sód: 2897.18 mg;	Wartość energetyczna: 2138.13 kcal; Białko ogółem: 88.44 g; Tłuszcz: 56.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 333.08 g; W tym cukry: 68.01 g; Błonnik pok.: 21.04 g; Sól: 7.43 g; Sód: 2976.80 mg;	Wartość energetyczna: 2079.32 kcal; Białko ogółem: 97.10 g; Tłuszcz: 52.25 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 324.80 g; W tym cukry: 72.53 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 7.42 g; Sód: 2968.49 mg;	Wartość energetyczna: 2618.74 kcal; Białko ogółem: 116.73 g; Tłuszcz: 74.83 g; Kw. tł. nasy.: 39.16 g; Węglowodany ogółem: 388.37 g; W tym cukry: 85.35 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 9.77 g; Sód: 3906.44 mg;

		W-wa- BRÓ D01 Podstawowa	W-wa- BRÓ D02 Łatwostrawna	W-wa- BRÓ D05 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- BRÓ D02/M Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- BRÓ D03 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów	W-wa- BRÓ D03/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- BRÓ D03/05 Z ogr.łatwo przys. węgl i z ogr.tłuszczów	W-wa- BRÓ D02/M Rozdrobniona/ Mielona/Przecierana	W-wa- BRÓ D01/M O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- BRÓ D07 Bogatobiałkowa
2026-10-25 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Twaróg półtłusty 30 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Sałata zielona 10 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Chrupki kukurydziane 20 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos własny 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos własny 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos własny 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos własny 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos własny 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos własny 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos własny 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab pieczony 30 g Ogórek świeży 30 g		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2350.67 kcal; Białko ogółem: 109.28 g; Tłuszcz: 80.02 g; Kw. tł. nasy.: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 326.51 g; W tym cukry: 87.08 g; Błonnik pok.: 31.09 g; Sól: 7.35 g; Sód: 2937.36 mg;	Wartość energetyczna: 2293.95 kcal; Białko ogółem: 107.16 g; Tłuszcz: 66.72 g; Kw. tł. nasy.: 30.70 g; Węglowodany ogółem: 331.59 g; W tym cukry: 90.31 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2612.47 mg;	Wartość energetyczna: 2147.07 kcal; Białko ogółem: 104.21 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 303.98 g; W tym cukry: 70.49 g; Błonnik pok.: 20.19 g; Sól: 5.62 g; Sód: 2255.18 mg;	Wartość energetyczna: 2228.05 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 318.27 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 17.80 g; Sól: 5.60 g; Sód: 2240.75 mg;	Wartość energetyczna: 2345.13 kcal; Białko ogółem: 119.69 g; Tłuszcz: 91.16 g; Kw. tł. nasy.: 39.35 g; Węglowodany ogółem: 272.18 g; W tym cukry: 27.67 g; Błonnik pok.: 23.75 g; Sól: 11.12 g; Sód: 4462.16 mg;	Wartość energetyczna: 2201.50 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 291.59 g; W tym cukry: 23.51 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 11.61 g; Sód: 4646.89 mg;	Wartość energetyczna: 2194.05 kcal; Białko ogółem: 114.54 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.18 g; Węglowodany ogółem: 296.20 g; W tym cukry: 45.09 g; Błonnik pok.: 22.14 g; Sól: 5.64 g; Sód: 2262.16 mg;	Wartość energetyczna: 2203.20 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 65.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.24 g; Węglowodany ogółem: 319.13 g; W tym cukry: 71.51 g; Błonnik pok.: 19.89 g; Sól: 5.66 g; Sód: 2260.56 mg;	Wartość energetyczna: 2056.99 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 17.25 g; Węglowodany ogółem: 305.98 g; W tym cukry: 79.23 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sól: 5.54 g; Sód: 2218.27 mg;	Wartość energetyczna: 2807.53 kcal; Białko ogółem: 125.98 g; Tłuszcz: 98.53 g; Kw. tł. nasy.: 43.41 g; Węglowodany ogółem: 371.54 g; W tym cukry: 86.18 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 9.13 g; Sód: 3654.70 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-10-12 poniedziałek	Śniadanie	Kleik z kaszy manny na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Schab gotowany 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Miód 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser mozzarella kulki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Słupki z marchewki 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (***SEL,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera, marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (***SEL,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera, marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 80 g (***JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera, marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera, marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Brokułowa z ryżem brązowym (bez mleka) * 400 ml (***SEL,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera, marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Woda z cytryną 200 ml Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***)
	PD					Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (***RYB, SEL,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (***RYB, SEL,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (***RYB, SEL,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 1884.23 kcal; Białko ogółem: 86.26 g; Tłuszcz: 43.87 g; Kw. tł. nasy.: 9.38 g; Węglowodany ogółem: 305.84 g; W tym cukry: 22.78 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sól: 7.11 g; Sód: 2840.93 mg;	Wartość energetyczna: 1747.42 kcal; Białko ogółem: 57.02 g; Tłuszcz: 45.30 g; Kw. tł. nasy.: 20.50 g; Węglowodany ogółem: 292.44 g; W tym cukry: 37.02 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 5.79 g; Sód: 2314.18 mg;	Wartość energetyczna: 2205.08 kcal; Białko ogółem: 80.44 g; Tłuszcz: 80.55 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 319.52 g; W tym cukry: 60.67 g; Błonnik pok.: 39.40 g; Sól: 7.78 g; Sód: 3101.47 mg;	Wartość energetyczna: 1856.79 kcal; Białko ogółem: 75.26 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 235.54 g; W tym cukry: 23.91 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1901.87 mg;	Wartość energetyczna: 2272.66 kcal; Białko ogółem: 101.31 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kw. tł. nasy.: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 328.66 g; W tym cukry: 53.67 g; Błonnik pok.: 37.48 g; Sól: 10.28 g; Sód: 4108.41 mg;	Wartość energetyczna: 2251.72 kcal; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 323.87 g; W tym cukry: 50.64 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sól: 9.98 g; Sód: 3981.93 mg;	Wartość energetyczna: 2340.17 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 93.05 g; Kw. tł. nasy.: 42.44 g; Węglowodany ogółem: 283.64 g; W tym cukry: 28.50 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sól: 11.94 g; Sód: 4772.00 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-10-13 wtorek	Śniadanie	Kleik z kaszy manny na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Miód (25g) 2 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab gotowany 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab gotowany 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Schab gotowany 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Banan 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kopytka ziemniaczane* 300 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka, glutenu)* 400 ml (***SEL,***) Schab gotowany 80 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (***MLE,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza bulgur 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Dynia duszona z marchewką ** 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka wieprzowa z szynki duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (***MLE,***) Kasza bulgur 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Jabłko 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Pomidor 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab gotowany 40 g Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek Fromage 50 g (***GLU PSZ, MLE,***) Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab gotowany 30 g Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL,***) Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL,***) Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL,***) Twarożek z natką pietruszki 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Napój sojowy waniliowy 250ml 1 szt (***SOJ,***)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2178.33 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 14.16 g; Węglowodany ogółem: 311.43 g; W tym cukry: 35.48 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2811.88 mg;	Wartość energetyczna: 2048.43 kcal; Białko ogółem: 46.62 g; Tłuszcz: 51.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 358.55 g; W tym cukry: 70.15 g; Błonnik pok.: 16.27 g; Sól: 5.83 g; Sód: 2335.47 mg;	Wartość energetyczna: 2348.24 kcal; Białko ogółem: 79.43 g; Tłuszcz: 99.56 g; Kw. tł. nasy.: 45.40 g; Węglowodany ogółem: 309.13 g; W tym cukry: 35.95 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 6.23 g; Sód: 2590.22 mg;	Wartość energetyczna: 1834.05 kcal; Białko ogółem: 76.80 g; Tłuszcz: 71.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 234.86 g; W tym cukry: 20.50 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 2.94 g; Sód: 1167.36 mg;	Wartość energetyczna: 2385.15 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 355.85 g; W tym cukry: 78.57 g; Błonnik pok.: 37.62 g; Sól: 6.22 g; Sód: 2489.11 mg;	Wartość energetyczna: 2417.80 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 29.22 g; Węglowodany ogółem: 363.31 g; W tym cukry: 83.09 g; Błonnik pok.: 30.68 g; Sól: 6.18 g; Sód: 2462.69 mg;	Wartość energetyczna: 2334.90 kcal; Białko ogółem: 124.24 g; Tłuszcz: 79.36 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 287.00 g; W tym cukry: 28.59 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 9.43 g; Sód: 3767.59 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-10-14 środa	Śniadanie	Kleik z kaszy manny na wodzie 400 ml (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Miód 50 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab gotowany 40 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Schab gotowany 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Schab gotowany 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Schab gotowany 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (***MLE,***) Słupki z marchewki 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami*. 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kluski śląskie* 300 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kotlet z jaj-pieczony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (***SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 80 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (***SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami*. 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Jabłko pieczone 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Papryka konserwowa 30 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Dżem 30 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Śliwka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Śliwka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE,SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Śliwka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt						Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2194.63 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 48.45 g; Kw. tł. nasy.: 15.45 g; Węglowodany ogółem: 362.30 g; W tym cukry: 67.49 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 7.57 g; Sód: 3025.47 mg;	Wartość energetyczna: 2101.66 kcal; Białko ogółem: 48.46 g; Tłuszcz: 50.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 376.64 g; W tym cukry: 62.21 g; Błonnik pok.: 19.08 g; Sól: 5.22 g; Sód: 2098.11 mg;	Wartość energetyczna: 2477.47 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 85.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.33 g; Węglowodany ogółem: 358.08 g; W tym cukry: 85.83 g; Błonnik pok.: 34.63 g; Sól: 6.40 g; Sód: 2561.24 mg;	Wartość energetyczna: 1840.73 kcal; Białko ogółem: 78.66 g; Tłuszcz: 55.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 268.36 g; W tym cukry: 67.79 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 3.20 g; Sód: 1276.59 mg;	Wartość energetyczna: 2528.60 kcal; Białko ogółem: 112.60 g; Tłuszcz: 73.20 g; Kw. tł. nasy.: 35.73 g; Węglowodany ogółem: 385.79 g; W tym cukry: 94.74 g; Błonnik pok.: 36.90 g; Sól: 8.66 g; Sód: 3477.97 mg;	Wartość energetyczna: 2417.63 kcal; Białko ogółem: 103.89 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 393.59 g; W tym cukry: 107.79 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 6.98 g; Sód: 2804.98 mg;	Wartość energetyczna: 2204.70 kcal; Białko ogółem: 116.15 g; Tłuszcz: 63.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.64 g; Węglowodany ogółem: 303.98 g; W tym cukry: 32.17 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sól: 12.08 g; Sód: 4827.89 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-10-15 czwartek	Śniadanie	Kleik z kaszy manny na wodzie 400 ml (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab gotowany 40 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Schab gotowany 30 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml		Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Leczo wegetariańskie z soczewicą* 350 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka, glutenu) 400 ml (***SEL,***) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Brokuł gotowany* 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Banan 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Rzodkiew biała plastry 30 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* 80 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 60 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* 80 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 60 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 60 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)
	PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (***GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,***)	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***)
		Wartość energetyczna: 2062.31 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 44.70 g; Kw. tł. nasy.: 9.40 g; Węglowodany ogółem: 337.59 g; W tym cukry: 33.80 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 7.23 g; Sód: 2888.56 mg;	Wartość energetyczna: 1948.46 kcal; Białko ogółem: 70.67 g; Tłuszcz: 45.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 329.22 g; W tym cukry: 89.49 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 5.64 g; Sód: 2257.58 mg;	Wartość energetyczna: 2289.77 kcal; Białko ogółem: 78.52 g; Tłuszcz: 77.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 350.05 g; W tym cukry: 60.61 g; Błonnik pok.: 37.39 g; Sól: 6.52 g; Sód: 2585.03 mg;	Wartość energetyczna: 2042.12 kcal; Białko ogółem: 82.37 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw. tł. nasy.: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 275.20 g; W tym cukry: 42.49 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1330.24 mg;	Wartość energetyczna: 2614.19 kcal; Białko ogółem: 119.68 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 406.76 g; W tym cukry: 93.97 g; Błonnik pok.: 40.55 g; Sól: 9.23 g; Sód: 3667.54 mg;	Wartość energetyczna: 2576.86 kcal; Białko ogółem: 120.83 g; Tłuszcz: 65.08 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 395.14 g; W tym cukry: 93.01 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 8.91 g; Sód: 3557.98 mg;	Wartość energetyczna: 2282.20 kcal; Białko ogółem: 113.96 g; Tłuszcz: 72.97 g; Kw. tł. nasy.: 36.67 g; Węglowodany ogółem: 303.68 g; W tym cukry: 31.72 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sól: 12.93 g; Sód: 5170.97 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Kleik z kaszy manny na wodzie 400 ml (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Schab gotowany 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z groszku zielonego b/mł 80 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z groszku zielonego b/mł 80 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pasta z groszku zielonego b/mł 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Knedle z truskawkami * 300 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy naturalny 80 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kotlety gryczane z ciecierzycą 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab gotowany 30 g Słupki z marchewki 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Schab gotowany 30 g Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Rzodkiew biała plastry 30 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (***GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,***)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 1928.97 kcal; Białko ogółem: 91.10 g; Tłuszcz: 42.55 g; Kw. tł. nasy.: 9.57 g; Węglowodany ogółem: 314.06 g; W tym cukry: 37.10 g; Błonnik pok.: 25.21 g; Sól: 7.67 g; Sód: 3063.51 mg;	Wartość energetyczna: 1804.36 kcal; Białko ogółem: 45.00 g; Tłuszcz: 37.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 338.40 g; W tym cukry: 51.32 g; Błonnik pok.: 13.48 g; Sól: 5.47 g; Sód: 2195.17 mg;	Wartość energetyczna: 2420.55 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 96.83 g; Kw. tł. nasy.: 46.69 g; Węglowodany ogółem: 319.95 g; W tym cukry: 45.59 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 7.36 g; Sód: 2942.37 mg;	Wartość energetyczna: 1789.74 kcal; Białko ogółem: 67.92 g; Tłuszcz: 65.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; Węglowodany ogółem: 246.50 g; W tym cukry: 28.59 g; Błonnik pok.: 30.19 g; Sól: 3.59 g; Sód: 1434.56 mg;	Wartość energetyczna: 2325.23 kcal; Białko ogółem: 113.80 g; Tłuszcz: 78.52 g; Kw. tł. nasy.: 39.67 g; Węglowodany ogółem: 321.69 g; W tym cukry: 52.02 g; Błonnik pok.: 35.12 g; Sól: 8.06 g; Sód: 3224.93 mg;	Wartość energetyczna: 2286.94 kcal; Białko ogółem: 104.90 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 326.90 g; W tym cukry: 47.98 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 7.66 g; Sód: 3059.46 mg;	Wartość energetyczna: 2334.49 kcal; Białko ogółem: 111.96 g; Tłuszcz: 81.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 343.68 g; W tym cukry: 37.56 g; Błonnik pok.: 54.81 g; Sól: 9.31 g; Sód: 3721.31 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-10-17 sobota	Śniadanie	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (***SOJ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab gotowany 40 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ.***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Ser topiony 50 g (***MLE.***) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Ser topiony 50 g (***MLE.***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ.***) Ser topiony 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Ryż na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ.***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ.***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Twarożek z koperkiem 50 g (***MLE.***) Papryka świeża 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE.***)
	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL.***) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 150 g (***GLU PSZ, SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL.***) Kopytka ziemniaczane* 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE.***) Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL.***) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (***GLU PSZ, SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL.***) Gulasz wieprzowy z warzywami (bez glutenu) 150 g (***SEL.***) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 150 g (***GLU PSZ, SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL.***) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 150 g (***GLU PSZ, SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL.***) Gulasz wieprzowy z warzywami- dieta 150 g (***GLU PSZ, SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Jabłko pieczone 150 g FIT ciasteczka zbożowe z morelą bez cukru 50g 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ.***)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Schab gotowany 30 g Sałata zielona 10 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Ser żółty 30 g (***MLE.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Twarożek 50 g (***MLE.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Twarożek 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Twarożek 50 g (***MLE.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (***GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.***)	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2101.87 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 58.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.20 g; Węglowodany ogółem: 325.30 g; W tym cukry: 57.03 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 7.86 g; Sód: 3137.29 mg;	Wartość energetyczna: 2007.95 kcal; Białko ogółem: 46.51 g; Tłuszcz: 50.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 350.78 g; W tym cukry: 74.35 g; Błonnik pok.: 16.18 g; Sól: 5.48 g; Sód: 2195.06 mg;	Wartość energetyczna: 2394.12 kcal; Białko ogółem: 79.56 g; Tłuszcz: 84.06 g; Kw. tł. nasy.: 39.21 g; Węglowodany ogółem: 359.59 g; W tym cukry: 73.86 g; Błonnik pok.: 37.78 g; Sól: 6.86 g; Sód: 2744.05 mg;	Wartość energetyczna: 2158.98 kcal; Białko ogółem: 73.13 g; Tłuszcz: 84.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 291.28 g; W tym cukry: 63.16 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 4.83 g; Sód: 1935.17 mg;	Wartość energetyczna: 2828.61 kcal; Białko ogółem: 115.39 g; Tłuszcz: 93.63 g; Kw. tł. nasy.: 39.66 g; Węglowodany ogółem: 419.90 g; W tym cukry: 86.69 g; Błonnik pok.: 42.19 g; Sól: 9.58 g; Sód: 3822.61 mg;	Wartość energetyczna: 2682.34 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 82.26 g; Kw. tł. nasy.: 35.04 g; Węglowodany ogółem: 401.20 g; W tym cukry: 85.92 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 8.80 g; Sód: 3515.84 mg;	Wartość energetyczna: 2330.16 kcal; Białko ogółem: 118.57 g; Tłuszcz: 78.40 g; Kw. tł. nasy.: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 339.85 g; W tym cukry: 34.18 g; Błonnik pok.: 47.23 g; Sól: 8.91 g; Sód: 3556.92 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-10-18 niedziela	Śniadanie	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (***SOJ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (***SOJ.***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Hummus 50 g (***SEZ.***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Hummus 50 g (***SEZ.***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Ser żółty 30 g (***MLE.***) Ogórek kiszony 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Ser żółty 30 g (***MLE.***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE.***)
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Knedle ze śliwką* 300 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos jogurtowy naturalny 80 g (***MLE.***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Kotlety sojowe panierowane 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (***SEL.***) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dynia duszona z marchewką * 150 g (***GLU PSZ.***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.***) Rzepa biała 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE.***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ.***) Schab gotowany 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE.***) Mus z jabłek prażonych 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE.***) Tofu 50 g (***SOJ.***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE.***) Schab gotowany 30 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE.***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE.***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE.***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Banan 150 g	Chałka 80 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE.***)	Banan 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2446.70 kcal; Białko ogółem: 133.77 g; Tłuszcz: 83.49 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 307.89 g; W tym cukry: 66.41 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 8.37 g; Sód: 3335.28 mg;	Wartość energetyczna: 2091.87 kcal; Białko ogółem: 58.65 g; Tłuszcz: 63.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.21 g; Węglowodany ogółem: 332.74 g; W tym cukry: 67.51 g; Błonnik pok.: 16.32 g; Sól: 5.27 g; Sód: 2111.70 mg;	Wartość energetyczna: 2232.87 kcal; Białko ogółem: 88.48 g; Tłuszcz: 81.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 306.32 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 32.62 g; Sól: 6.48 g; Sód: 2583.32 mg;	Wartość energetyczna: 2449.01 kcal; Białko ogółem: 112.43 g; Tłuszcz: 108.81 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 268.09 g; W tym cukry: 60.57 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 3.55 g; Sód: 1411.66 mg;	Wartość energetyczna: 2649.35 kcal; Białko ogółem: 143.60 g; Tłuszcz: 106.79 g; Kw. tł. nasy.: 42.94 g; Węglowodany ogółem: 307.69 g; W tym cukry: 71.37 g; Błonnik pok.: 31.45 g; Sól: 9.33 g; Sód: 3721.47 mg;	Wartość energetyczna: 2623.78 kcal; Białko ogółem: 147.76 g; Tłuszcz: 91.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.74 g; Węglowodany ogółem: 317.44 g; W tym cukry: 69.37 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 8.39 g; Sód: 3348.99 mg;	Wartość energetyczna: 2635.98 kcal; Białko ogółem: 146.18 g; Tłuszcz: 115.28 g; Kw. tł. nasy.: 47.84 g; Węglowodany ogółem: 265.31 g; W tym cukry: 30.84 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 13.07 g; Sód: 5236.53 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-10-19 poniedziałek	Śniadanie	Kleik z kaszy manny na wodzie 400 ml (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Miód 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Naleśniki z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, glutenu) * 400 ml (***SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Naleśniki z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (***SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Rzodkiew biała plastry 30 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (***SOJ,***) Schab gotowany 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Schab gotowany 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt						Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2209.13 kcal; Białko ogółem: 87.62 g; Tłuszcz: 60.06 g; Kw. tł. nasy.: 12.42 g; Węglowodany ogółem: 346.19 g; W tym cukry: 41.83 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 8.06 g; Sód: 3213.29 mg;	Wartość energetyczna: 1875.69 kcal; Białko ogółem: 51.58 g; Tłuszcz: 38.91 g; Kw. tł. nasy.: 20.95 g; Węglowodany ogółem: 345.69 g; W tym cukry: 90.40 g; Błonnik pok.: 14.00 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1877.93 mg;	Wartość energetyczna: 2760.52 kcal; Białko ogółem: 121.25 g; Tłuszcz: 95.32 g; Kw. tł. nasy.: 42.67 g; Węglowodany ogółem: 380.99 g; W tym cukry: 112.95 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 7.57 g; Sód: 3001.84 mg;	Wartość energetyczna: 2055.18 kcal; Białko ogółem: 70.34 g; Tłuszcz: 78.47 g; Kw. tł. nasy.: 34.14 g; Węglowodany ogółem: 279.87 g; W tym cukry: 61.56 g; Błonnik pok.: 18.33 g; Sól: 3.97 g; Sód: 1562.72 mg;	Wartość energetyczna: 2806.35 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 39.10 g; Węglowodany ogółem: 434.02 g; W tym cukry: 134.90 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 8.70 g; Sód: 3472.09 mg;	Wartość energetyczna: 2374.60 kcal; Białko ogółem: 96.89 g; Tłuszcz: 54.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 390.53 g; W tym cukry: 108.57 g; Błonnik pok.: 20.32 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2978.32 mg;	Wartość energetyczna: 2216.29 kcal; Białko ogółem: 104.27 g; Tłuszcz: 71.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 301.07 g; W tym cukry: 28.00 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 12.13 g; Sód: 4842.22 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	Kleik z kaszy manny na wodzie 400 ml (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab gotowany 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek z cebulką 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kopytka ziemniaczane * 200 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Pierogi ukraińskie * 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (***SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Woda z cytryną 200 ml
	PD					Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***JAJ,***) Ogórek kiszony 30 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 20 g		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 1958.91 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz: 44.77 g; Kw. tł. nasy.: 10.13 g; Węglowodany ogółem: 316.23 g; W tym cukry: 37.57 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 6.53 g; Sód: 2605.72 mg;	Wartość energetyczna: 1850.52 kcal; Białko ogółem: 40.81 g; Tłuszcz: 50.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 318.87 g; W tym cukry: 65.47 g; Błonnik pok.: 16.69 g; Sól: 5.18 g; Sód: 2065.72 mg;	Wartość energetyczna: 2383.69 kcal; Białko ogółem: 89.36 g; Tłuszcz: 87.84 g; Kw. tł. nasy.: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 338.81 g; W tym cukry: 56.36 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sól: 5.78 g; Sód: 2316.09 mg;	Wartość energetyczna: 1795.44 kcal; Białko ogółem: 71.34 g; Tłuszcz: 62.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 251.65 g; W tym cukry: 35.55 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 3.54 g; Sód: 1412.73 mg;	Wartość energetyczna: 2213.26 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 67.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 329.01 g; W tym cukry: 63.96 g; Błonnik pok.: 35.55 g; Sól: 10.88 g; Sód: 4352.44 mg;	Wartość energetyczna: 2072.06 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz: 57.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.82 g; Węglowodany ogółem: 307.05 g; W tym cukry: 61.04 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 10.42 g; Sód: 4158.18 mg;	Wartość energetyczna: 2125.61 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 281.39 g; W tym cukry: 29.16 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 11.62 g; Sód: 4656.26 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-10-21 środa	Śniadanie	Kleik z kaszy manny na wodzie 400 ml (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab gotowany 40 g Jabłko 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Miód 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Dżem 30 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Jabłko 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Papryka świeża 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jaglane z soczewicą* 200 g (***SEL,***) Sos jarzynowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jaglane z soczewicą* 300 g (***SEL,***) Sos jarzynowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka, glutenu) 400 ml (***SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 80 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Mus z brzoskwiń 100 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Rzodkiew biała plastry 30 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Hummus 50 g (***SEZ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 50 g (***RYB, SOJ,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Hummus 50 g (***SEZ,***)	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Schab gotowany 30 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 50 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 50 g (***RYB, SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2187.65 kcal; Białko ogółem: 95.76 g; Tłuszcz: 51.79 g; Kw. tł. nasy.: 10.92 g; Węglowodany ogółem: 352.07 g; W tym cukry: 33.79 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sól: 9.08 g; Sód: 3625.93 mg;	Wartość energetyczna: 1759.42 kcal; Białko ogółem: 46.23 g; Tłuszcz: 48.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 298.46 g; W tym cukry: 34.49 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sól: 9.03 g; Sód: 3611.72 mg;	Wartość energetyczna: 2182.80 kcal; Białko ogółem: 81.54 g; Tłuszcz: 66.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 343.43 g; W tym cukry: 69.36 g; Błonnik pok.: 36.45 g; Sól: 8.24 g; Sód: 3297.75 mg;	Wartość energetyczna: 1832.78 kcal; Białko ogółem: 73.47 g; Tłuszcz: 60.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 261.59 g; W tym cukry: 54.91 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 4.21 g; Sód: 1679.48 mg;	Wartość energetyczna: 2473.45 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 80.84 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 360.34 g; W tym cukry: 81.37 g; Błonnik pok.: 38.15 g; Sól: 9.97 g; Sód: 3979.29 mg;	Wartość energetyczna: 2365.41 kcal; Białko ogółem: 102.89 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kw. tł. nasy.: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 350.25 g; W tym cukry: 69.53 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 9.88 g; Sód: 3938.20 mg;	Wartość energetyczna: 2424.90 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 86.44 g; Kw. tł. nasy.: 37.67 g; Węglowodany ogółem: 312.75 g; W tym cukry: 36.90 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 12.45 g; Sód: 4980.46 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	Kleik z kaszy manny na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab gotowany 30 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek Fromage 50 g (***GLU PSZ, MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Schab gotowany 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Banan 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron Spaghetti 180 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami*- dieta BM 350 g (***GLU PSZ, SEL,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 300 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka glutenu) 400 ml (***SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron Spaghetti 180 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (***MLE,***) Woda z cytryną 200 ml
	PD					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Słupki z marchewki 30 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 30 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g (***SOJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pasta z fasoli 80 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 60 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pasta z fasoli 80 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pasta z fasoli 80 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Jabłko 150 g						Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2128.75 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 58.80 g; Kw. tł. nasy.: 12.98 g; Węglowodany ogółem: 318.85 g; W tym cukry: 33.50 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 6.33 g; Sód: 2530.23 mg;	Wartość energetyczna: 1769.43 kcal; Białko ogółem: 55.33 g; Tłuszcz: 38.29 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 312.16 g; W tym cukry: 63.19 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 5.20 g; Sód: 2087.44 mg;	Wartość energetyczna: 2325.22 kcal; Białko ogółem: 84.44 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 363.49 g; W tym cukry: 63.19 g; Błonnik pok.: 43.33 g; Sól: 5.76 g; Sód: 2396.16 mg;	Wartość energetyczna: 1780.36 kcal; Białko ogółem: 82.04 g; Tłuszcz: 63.45 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 233.76 g; W tym cukry: 41.90 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sól: 4.06 g; Sód: 1613.16 mg;	Wartość energetyczna: 2569.44 kcal; Białko ogółem: 110.42 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.99 g; Węglowodany ogółem: 402.60 g; W tym cukry: 101.65 g; Błonnik pok.: 50.40 g; Sól: 7.76 g; Sód: 3097.17 mg;	Wartość energetyczna: 2466.36 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 356.84 g; W tym cukry: 85.96 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sól: 7.76 g; Sód: 3104.29 mg;	Wartość energetyczna: 2483.88 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 78.00 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 341.27 g; W tym cukry: 36.70 g; Błonnik pok.: 39.20 g; Sól: 10.91 g; Sód: 4357.61 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-10-23 piątek	Śniadanie	Kleik z kaszy manny na wodzie 400 ml (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Pasta z tofu i papryki 50 g (***SOJ,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g
	II ŚN					Jabłko 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL, GLU JECZ,***) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL, GLU JECZ,***) Knedle z truskawkami * 300 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy naturalny 80 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JECZ,***) Kotlety sojowe 100 g (***SOJ,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (***SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (***MLE, SEL, GLU JECZ,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL, GLU JECZ,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL, GLU JECZ,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Pomidor 30 g Schab gotowany 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Pomidor 20 g Schab gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Rzodkiew biała plastry 30 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (***GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,***)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2004.00 kcal; Białko ogółem: 79.49 g; Tłuszcz: 49.57 g; Kw. tł. nasy.: 8.80 g; Węglowodany ogółem: 328.98 g; W tym cukry: 38.02 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sól: 7.69 g; Sód: 3081.48 mg;	Wartość energetyczna: 1982.65 kcal; Białko ogółem: 47.17 g; Tłuszcz: 51.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 350.64 g; W tym cukry: 58.31 g; Błonnik pok.: 15.21 g; Sól: 5.03 g; Sód: 2017.54 mg;	Wartość energetyczna: 2263.33 kcal; Białko ogółem: 94.03 g; Tłuszcz: 72.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 336.47 g; W tym cukry: 74.43 g; Błonnik pok.: 37.04 g; Sól: 6.92 g; Sód: 2770.72 mg;	Wartość energetyczna: 1864.11 kcal; Białko ogółem: 70.78 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.31 g; Węglowodany ogółem: 257.94 g; W tym cukry: 54.31 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1664.54 mg;	Wartość energetyczna: 2303.62 kcal; Białko ogółem: 106.49 g; Tłuszcz: 71.08 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 337.90 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 32.11 g; Sól: 7.66 g; Sód: 3060.31 mg;	Wartość energetyczna: 2348.47 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 66.14 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 346.61 g; W tym cukry: 83.15 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 6.99 g; Sód: 2790.59 mg;	Wartość energetyczna: 2262.04 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 81.54 g; Kw. tł. nasy.: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 325.54 g; W tym cukry: 22.26 g; Błonnik pok.: 46.00 g; Sól: 9.65 g; Sód: 3858.79 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-10-24 sobota	Śniadanie	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab gotowany 40 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Miód (25g) 2 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab gotowany 30 g Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 150 Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Risotto wegetariańskie* 300 g (***SEL,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (***SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (***SEL,***) Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu)* 150 g (***SEL,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 150 Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (***SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane 150 Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (***SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (***MLE,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Rzodkiew biała plastry 30 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab gotowany 50 g Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab gotowany 50 g Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab gotowany 50 g Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Banan 150 g		Wafle ryżowe 30 g	Banan 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2001.44 kcal; Białko ogółem: 85.54 g; Tłuszcz: 50.05 g; Kw. tł. nasy.: 11.16 g; Węglowodany ogółem: 321.52 g; W tym cukry: 26.36 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 8.03 g; Sód: 3204.70 mg;	Wartość energetyczna: 1879.58 kcal; Białko ogółem: 44.21 g; Tłuszcz: 42.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.81 g; Węglowodany ogółem: 346.25 g; W tym cukry: 106.91 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 6.59 g; Sód: 2643.14 mg;	Wartość energetyczna: 2466.73 kcal; Białko ogółem: 99.02 g; Tłuszcz: 83.87 g; Kw. tł. nasy.: 40.23 g; Węglowodany ogółem: 353.96 g; W tym cukry: 72.83 g; Błonnik pok.: 38.17 g; Sól: 7.08 g; Sód: 2830.89 mg;	Wartość energetyczna: 2112.13 kcal; Białko ogółem: 72.67 g; Tłuszcz: 73.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g; W tym cukry: 39.24 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sól: 2.95 g; Sód: 1177.49 mg;	Wartość energetyczna: 2624.00 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 87.27 g; Kw. tł. nasy.: 43.16 g; Węglowodany ogółem: 373.91 g; W tym cukry: 90.13 g; Błonnik pok.: 39.78 g; Sól: 8.52 g; Sód: 3398.35 mg;	Wartość energetyczna: 2570.12 kcal; Białko ogółem: 127.11 g; Tłuszcz: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 381.42 g; W tym cukry: 91.36 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 7.61 g; Sód: 3037.86 mg;	Wartość energetyczna: 2303.80 kcal; Białko ogółem: 105.24 g; Tłuszcz: 82.49 g; Kw. tł. nasy.: 39.86 g; Węglowodany ogółem: 296.85 g; W tym cukry: 24.52 g; Błonnik pok.: 30.82 g; Sól: 11.48 g; Sód: 4583.99 mg;

		W-wa- BRÓ D02/ML/LA Bezmleczna/Bezlaktozowa	W-wa- BRÓ D08 Niskobiałkowa	W-wa- BRÓ D01/WE Wegetariańska	W-wa- BRÓ D01/GL Bezglutenowa	W-wa- BRÓ C01 Dieta Mamy - Podstawowa	W-wa- BRÓ C02 Dieta Mamy - Łatwostrawna	W-wa- BRÓ C03 Dieta Mamy - Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-10-25 niedziela	Śniadanie	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (***SOJ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Mus z jabłek prażonych 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Ser żółty 50 g (***MLE.***) Hummus 100 g (***SEZ.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (***SOJ.***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Hummus 100 g (***SEZ.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Ser żółty 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Ser żółty 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE.***) Mus dyniowo-jabłkowy z cynamonem b/c 100 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Hummus 50 g (***SEZ.***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE.***)
	Obiad	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ.***) Sos własny 80 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL.***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Knedle z truskawkami * 300 g (***GLU PSZ.***) Sos jogurtowy naturalny 80 g (***MLE.***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Kotlety z soczewicy () 100 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL.***) Schab gotowany 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ.***) Sos własny 80 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ.***) Sos własny 80 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL.***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ.***) Sos własny 80 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Schab pieczony 30 g Ogórek świeży 30 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 40 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ.***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE.***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ.***) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE.***) Dżem 30 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ.***) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (***SOJ.***) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 1906.01 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 53.92 g; Kw. tł. nasy.: 14.01 g; Węglowodany ogółem: 280.27 g; W tym cukry: 63.53 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 7.28 g; Sód: 2903.53 mg;	Wartość energetyczna: 1825.58 kcal; Białko ogółem: 49.90 g; Tłuszcz: 39.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.20 g; Węglowodany ogółem: 332.07 g; W tym cukry: 54.38 g; Błonnik pok.: 10.75 g; Sól: 5.59 g; Sód: 2240.09 mg;	Wartość energetyczna: 2760.75 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 114.14 g; Kw. tł. nasy.: 40.93 g; Węglowodany ogółem: 361.14 g; W tym cukry: 88.89 g; Błonnik pok.: 35.84 g; Sól: 7.91 g; Sód: 3159.01 mg;	Wartość energetyczna: 2114.66 kcal; Białko ogółem: 75.95 g; Tłuszcz: 81.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 279.14 g; W tym cukry: 72.54 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1683.99 mg;	Wartość energetyczna: 2521.87 kcal; Białko ogółem: 116.67 g; Tłuszcz: 83.51 g; Kw. tł. nasy.: 41.25 g; Węglowodany ogółem: 354.50 g; W tym cukry: 106.15 g; Błonnik pok.: 34.39 g; Sól: 7.60 g; Sód: 3036.06 mg;	Wartość energetyczna: 2465.15 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 359.58 g; W tym cukry: 109.38 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2711.17 mg;	Wartość energetyczna: 2345.13 kcal; Białko ogółem: 119.69 g; Tłuszcz: 91.16 g; Kw. tł. nasy.: 39.35 g; Węglowodany ogółem: 272.18 g; W tym cukry: 27.67 g; Błonnik pok.: 23.75 g; Sól: 11.12 g; Sód: 4462.16 mg;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg 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,