		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
2026-09-28 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki pszenne 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 szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 120 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,***) Schab gotowany 50 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,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Schab gotowany 50 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) 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% 10 g 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	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 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,***) Schab gotowany 50 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 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Schab gotowany 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki pszenne 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) 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,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	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 Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, 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
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml		Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Woda z cytryną 200 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Woda z cytryną 200 ml	Dyniowa 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,***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	
	PD					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,***) Pomidor 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Pomidor 30 g	Gruszka 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek śmietankowy naturalny 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek śmietankowy naturalny 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL,***) 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek śmietankowy naturalny 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,***) mielona Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) 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,***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL,***) Serek śmietankowy naturalny 50 g (***MLE,***) Pomidor 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,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) 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 Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 30 g (***SOJ, MLE,może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2231.59 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 63.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 333.12 g; W tym cukry: 54.48 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 10.38 g; Sód: 4146.62 mg;	Wartość energetyczna: 2244.82 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; Tłuszcz: 68.03 g; Kw. tł. nasy.: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 328.44 g; W tym cukry: 56.28 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 9.50 g; Sód: 3799.45 mg;	Wartość energetyczna: 2256.76 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 74.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.81 g; Węglowodany ogółem: 308.64 g; W tym cukry: 41.61 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 9.46 g; Sód: 3790.92 mg;	Wartość energetyczna: 1956.53 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 58.60 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 279.70 g; W tym cukry: 16.96 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 8.99 g; Sód: 3596.53 mg;	Wartość energetyczna: 2238.30 kcal; Białko ogółem: 99.09 g; Tłuszcz: 77.81 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 299.35 g; W tym cukry: 23.05 g; Błonnik pok.: 29.53 g; Sól: 13.21 g; Sód: 5286.55 mg;	Wartość energetyczna: 2355.12 kcal; Białko ogółem: 108.17 g; Tłuszcz: 69.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 338.66 g; W tym cukry: 21.90 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 10.84 g; Sód: 4326.55 mg;	Wartość energetyczna: 2239.89 kcal; Białko ogółem: 99.29 g; Tłuszcz: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 308.06 g; W tym cukry: 38.16 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 7.43 g; Sód: 2984.62 mg;	Wartość energetyczna: 2012.64 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 60.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.02 g; Węglowodany ogółem: 294.82 g; W tym cukry: 39.06 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sól: 10.40 g; Sód: 4154.12 mg;	Wartość energetyczna: 2041.46 kcal; Białko ogółem: 99.63 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tł. nasy.: 17.13 g; Węglowodany ogółem: 311.79 g; W tym cukry: 54.97 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 10.48 g; Sód: 4180.86 mg;	Wartość energetyczna: 2569.32 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 78.41 g; Kw. tł. nasy.: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 368.70 g; W tym cukry: 56.46 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sól: 10.64 g; Sód: 4250.26 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-28 do dnia 2026-10-11 KUCHNIA WARSZAWA WIML

		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
2026-09-29 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Papryka świeża 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,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 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,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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 30 g (***SOJ,***) Schab gotowany 50 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,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SOŻ,***) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor b/skórki 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,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Papryka świeża 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,***) Pomidor 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 30 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	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml	Brokułowa 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,***) Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka Konserwowa wieprzowa produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (***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,***) Twarożek 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,***) Twarożek 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,***) Twarożek 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,***) Twarożek 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,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Śliwka 150 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Śliwka 150 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 100 g (***MLE,***) 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,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Twarożek 100 g (***MLE,***) 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,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Śliwka 150 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,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Hummus 50 g (***SEZ,***) 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 Sałata zielona 10 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2259.08 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 65.96 g; Kw. tł. nasy.: 29.22 g; Węglowodany ogółem: 329.79 g; W tym cukry: 81.11 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 7.17 g; Sód: 2867.01 mg;	Wartość energetyczna: 2276.18 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 343.23 g; W tym cukry: 81.94 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sól: 5.83 g; Sód: 2328.65 mg;	Wartość energetyczna: 2298.18 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.73 g; Węglowodany ogółem: 343.12 g; W tym cukry: 83.26 g; Błonnik pok.: 20.76 g; Sól: 5.11 g; Sód: 2047.05 mg;	Wartość energetyczna: 2001.84 kcal; Białko ogółem: 92.35 g; Tłuszcz: 55.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 295.81 g; W tym cukry: 47.96 g; Błonnik pok.: 15.00 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1888.27 mg;	Wartość energetyczna: 2487.82 kcal; Białko ogółem: 112.49 g; Tłuszcz: 91.64 g; Kw. tł. nasy.: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 312.30 g; W tym cukry: 36.90 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sól: 11.66 g; Sód: 4664.13 mg;	Wartość energetyczna: 2350.65 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kw. tł. nasy.: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 346.46 g; W tym cukry: 36.09 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 12.04 g; Sód: 4810.46 mg;	Wartość energetyczna: 2296.64 kcal; Białko ogółem: 114.61 g; Tłuszcz: 66.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 325.17 g; W tym cukry: 39.73 g; Błonnik pok.: 20.14 g; Sól: 5.79 g; Sód: 2326.18 mg;	Wartość energetyczna: 2156.49 kcal; Białko ogółem: 99.09 g; Tłuszcz: 60.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 318.85 g; W tym cukry: 68.94 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sól: 7.17 g; Sód: 2867.91 mg;	Wartość energetyczna: 2141.21 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.52 g; Węglowodany ogółem: 327.62 g; W tym cukry: 82.71 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 7.32 g; Sód: 2920.23 mg;	Wartość energetyczna: 2757.10 kcal; Białko ogółem: 124.00 g; Tłuszcz: 75.93 g; Kw. tł. nasy.: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 412.59 g; W tym cukry: 108.94 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 8.16 g; Sód: 3261.44 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
2026-09-30 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) 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.***) Papryka świeża 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.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) 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.***) 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.***) 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 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 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) 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.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Papryka świeża 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 50 g Papryka świeża 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.***) 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	Kasza manna na mleku 500 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Papryka świeża 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.***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE.***) Papryka świeża 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	Chrupki kukurydziane 20 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki z koperkiem 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.***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Woda z cytryną 200 ml	Jarzynowa z makaronem (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 makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***)	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Marchew gotowana z olejem* 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.***) Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Papryka świeża 30 g	Jabłko pieczone 150 g				Jogurt truskawkowy 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.***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL.***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL.***) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 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 rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL.***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL.***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL.***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL.***) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 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 50 g (***SOJ, SEL.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL.***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL.***) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL.***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Ogórek świeży 80 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.***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL.***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 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 50 g (***SOJ, SEL.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL.***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL.***) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 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 rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL.***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL.***) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 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.***) 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 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.***) Twarożek 50 g (***MLE.***)	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Wafle ryżowe 20 g	Jabłko 150 g
		Wartość energetyczna: 1907.23 kcal; Białko ogółem: 80.43 g; Tłuszcz: 55.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 285.75 g; W tym cukry: 55.08 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 7.39 g; Sód: 2955.26 mg;	Wartość energetyczna: 1963.86 kcal; Białko ogółem: 83.20 g; Tłuszcz: 55.25 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 299.42 g; W tym cukry: 53.63 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2821.34 mg;	Wartość energetyczna: 1984.56 kcal; Białko ogółem: 86.23 g; Tłuszcz: 55.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 299.01 g; W tym cukry: 54.75 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 6.32 g; Sód: 2539.19 mg;	Wartość energetyczna: 1743.50 kcal; Białko ogółem: 70.49 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 263.26 g; W tym cukry: 31.82 g; Błonnik pok.: 18.73 g; Sól: 6.29 g; Sód: 2519.79 mg;	Wartość energetyczna: 2054.81 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 286.98 g; W tym cukry: 28.15 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 11.13 g; Sód: 4465.40 mg;	Wartość energetyczna: 2188.68 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 62.14 g; Kw. tł. nasy.: 13.36 g; Węglowodany ogółem: 324.39 g; W tym cukry: 24.58 g; Błonnik pok.: 28.26 g; Sól: 10.58 g; Sód: 4236.50 mg;	Wartość energetyczna: 2194.25 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 61.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 327.12 g; W tym cukry: 53.56 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 6.40 g; Sód: 2571.78 mg;	Wartość energetyczna: 2060.78 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 62.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 302.36 g; W tym cukry: 53.11 g; Błonnik pok.: 21.48 g; Sól: 7.15 g; Sód: 2855.20 mg;	Wartość energetyczna: 1843.72 kcal; Białko ogółem: 78.65 g; Tłuszcz: 51.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 283.75 g; W tym cukry: 60.77 g; Błonnik pok.: 29.20 g; Sól: 7.92 g; Sód: 3164.74 mg;	Wartość energetyczna: 2361.04 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 352.91 g; W tym cukry: 78.41 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sól: 7.90 g; Sód: 3175.72 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
2026-10-01 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 80 g (***MLE,***) Dżem 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 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,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 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,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 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,***) Serek a'la homogenizowany 100 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,***) Ser żółty 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% 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) 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,***) Serek a'la homogenizowany 100 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,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 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,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 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,***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Słupki z marchewki 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Słupki z marchewki 30 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Wafle ryżowe 30 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Słupki z marchewki 30 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka po bretońsku 300 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Woda z cytryną 200 ml		Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 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,***) Cukinia pieczona 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,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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 żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałatka jarzynowa* 80 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 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,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) 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 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) 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 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Tofu 80 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (***SEL,***) 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 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) 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 mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) 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,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) 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,***) 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,***) Sałata zielona 10 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 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,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2419.51 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Tłuszcz: 88.46 g; Kw. tł. nasy.: 45.01 g; Węglowodany ogółem: 337.90 g; W tym cukry: 76.52 g; Błonnik pok.: 33.41 g; Sól: 10.08 g; Sód: 4022.69 mg;	Wartość energetyczna: 2174.43 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 67.02 g; Kw. tł. nasy.: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 317.58 g; W tym cukry: 69.05 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sól: 6.31 g; Sód: 2527.96 mg;	Wartość energetyczna: 2195.78 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 67.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 317.32 g; W tym cukry: 70.27 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 5.59 g; Sód: 2246.08 mg;	Wartość energetyczna: 1915.49 kcal; Białko ogółem: 80.37 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 276.65 g; W tym cukry: 36.25 g; Błonnik pok.: 17.98 g; Sól: 5.03 g; Sód: 2019.43 mg;	Wartość energetyczna: 2491.71 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz: 98.64 g; Kw. tł. nasy.: 44.22 g; Węglowodany ogółem: 310.17 g; W tym cukry: 29.85 g; Błonnik pok.: 30.03 g; Sól: 14.33 g; Sód: 5731.39 mg;	Wartość energetyczna: 2422.13 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 80.98 g; Kw. tł. nasy.: 14.71 g; Węglowodany ogółem: 346.49 g; W tym cukry: 22.66 g; Błonnik pok.: 31.88 g; Sól: 13.30 g; Sód: 5309.66 mg;	Wartość energetyczna: 2205.28 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 69.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 306.71 g; W tym cukry: 33.11 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 6.32 g; Sód: 2544.04 mg;	Wartość energetyczna: 2123.97 kcal; Białko ogółem: 91.76 g; Tłuszcz: 63.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 308.86 g; W tym cukry: 51.02 g; Błonnik pok.: 17.82 g; Sól: 6.46 g; Sód: 2586.28 mg;	Wartość energetyczna: 2125.00 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 307.61 g; W tym cukry: 52.70 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 10.36 g; Sód: 4133.01 mg;	Wartość energetyczna: 2578.03 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 82.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 376.33 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 31.62 g; Sól: 9.77 g; Sód: 3905.08 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
2026-10-02 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Gruszka 150 g Mix sałat 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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 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 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 twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,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	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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 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 Schab gotowany 30 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 80 g Mix sałat 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. 50 g (***SOJ,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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. 50 g (***SOJ,***) 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,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Mix sałat 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,***) Twarożek 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 gotowany 30 g Pomidor 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Pomidor 30 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Chrupki kukurydziane 20 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Sałata zielona 10 g
	Obiad	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml	Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 300 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (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	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Woda z cytryną 200 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 10 g	Jabłko 1 szt 1 szt			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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, 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 50 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,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, 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 Plat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Sałata zielona 10 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1991.81 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 62.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 276.43 g; W tym cukry: 53.02 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 10.17 g; Sód: 4065.91 mg;	Wartość energetyczna: 2056.33 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 64.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 287.24 g; W tym cukry: 50.09 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 9.68 g; Sód: 3863.84 mg;	Wartość energetyczna: 2096.79 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 285.91 g; W tym cukry: 49.72 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 9.82 g; Sód: 3929.49 mg;	Wartość energetyczna: 1859.47 kcal; Białko ogółem: 80.86 g; Tłuszcz: 61.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 255.13 g; W tym cukry: 32.81 g; Błonnik pok.: 16.03 g; Sól: 7.38 g; Sód: 2954.35 mg;	Wartość energetyczna: 2173.15 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 77.62 g; Kw. tł. nasy.: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 274.77 g; W tym cukry: 25.78 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 11.46 g; Sód: 4600.38 mg;	Wartość energetyczna: 2098.48 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw. tł. nasy.: 13.11 g; Węglowodany ogółem: 303.72 g; W tym cukry: 24.39 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sól: 8.77 g; Sód: 3511.44 mg;	Wartość energetyczna: 2112.70 kcal; Białko ogółem: 93.24 g; Tłuszcz: 72.79 g; Kw. tł. nasy.: 30.82 g; Węglowodany ogółem: 287.18 g; W tym cukry: 37.12 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 7.88 g; Sód: 3161.56 mg;	Wartość energetyczna: 1952.76 kcal; Białko ogółem: 89.93 g; Tłuszcz: 57.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 280.02 g; W tym cukry: 34.87 g; Błonnik pok.: 19.07 g; Sól: 9.76 g; Sód: 3897.45 mg;	Wartość energetyczna: 1897.41 kcal; Białko ogółem: 92.12 g; Tłuszcz: 55.01 g; Kw. tł. nasy.: 15.71 g; Węglowodany ogółem: 272.01 g; W tym cukry: 52.20 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 10.24 g; Sód: 4091.11 mg;	Wartość energetyczna: 2375.31 kcal; Białko ogółem: 121.36 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 327.52 g; W tym cukry: 52.87 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 10.97 g; Sód: 4387.44 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
2026-10-03 sobota	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g 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 kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 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% 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokuła * 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g 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 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 50 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,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 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	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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 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,***)	Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g	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,***) Sałata zielona 10 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Chrupki kukurydziane 20 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Bigos 300 g (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Gruszka 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy- dieta 300 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Koperkowa z ryżem brązowym (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy- dieta 300 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 300 ml		Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy- dieta 300 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Woda z cytryną 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Mięso wieprzowe 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 Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***)	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy- dieta 300 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Bigos 300 g (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Banan 150 g 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,***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***JAJ,***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna - dieta 100 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 Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna - dieta 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, 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,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) 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,***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***JAJ,***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna - dieta 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasztet z soczewicy * 80 g (***JAJ,***) Sałatka wiosenna - dieta 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, 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,***) mielony Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna - dieta 100 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,***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***JAJ,***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) Sałatka wiosenna - dieta 100 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,***) 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 Filet z kurczaka gotowany 30 g 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,***) Sałata zielona 10 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2410.96 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz: 93.77 g; Kw. tł. nasy.: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 321.81 g; W tym cukry: 77.41 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sól: 11.08 g; Sód: 4431.07 mg;	Wartość energetyczna: 2601.38 kcal; Białko ogółem: 130.74 g; Tłuszcz: 102.07 g; Kw. tł. nasy.: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 306.18 g; W tym cukry: 62.76 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 10.75 g; Sód: 4296.57 mg;	Wartość energetyczna: 2376.84 kcal; Białko ogółem: 126.25 g; Tłuszcz: 85.43 g; Kw. tł. nasy.: 37.01 g; Węglowodany ogółem: 290.14 g; W tym cukry: 52.96 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sól: 8.92 g; Sód: 3578.80 mg;	Wartość energetyczna: 2123.94 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 76.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 265.14 g; W tym cukry: 30.98 g; Błonnik pok.: 15.93 g; Sól: 7.81 g; Sód: 3128.74 mg;	Wartość energetyczna: 2636.45 kcal; Białko ogółem: 133.41 g; Tłuszcz: 106.97 g; Kw. tł. nasy.: 41.23 g; Węglowodany ogółem: 298.31 g; W tym cukry: 29.61 g; Błonnik pok.: 26.94 g; Sól: 12.18 g; Sód: 4878.30 mg;	Wartość energetyczna: 2729.13 kcal; Białko ogółem: 129.04 g; Tłuszcz: 98.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 346.30 g; W tym cukry: 28.02 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 11.71 g; Sód: 4684.29 mg;	Wartość energetyczna: 2402.16 kcal; Białko ogółem: 128.36 g; Tłuszcz: 86.84 g; Kw. tł. nasy.: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 293.12 g; W tym cukry: 36.00 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 9.51 g; Sód: 3817.56 mg;	Wartość energetyczna: 2000.42 kcal; Białko ogółem: 83.01 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 293.82 g; W tym cukry: 48.35 g; Błonnik pok.: 17.89 g; Sól: 7.79 g; Sód: 3121.17 mg;	Wartość energetyczna: 2293.82 kcal; Białko ogółem: 118.20 g; Tłuszcz: 84.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 279.66 g; W tym cukry: 56.72 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 10.53 g; Sód: 4212.80 mg;	Wartość energetyczna: 2889.72 kcal; Białko ogółem: 111.19 g; Tłuszcz: 106.48 g; Kw. tł. nasy.: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 392.54 g; W tym cukry: 93.24 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 12.21 g; Sód: 4882.89 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
2026-10-04 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.***) Rzodkiew biała plastry 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	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.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g 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 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 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.***) Rzodkiew biała plastry 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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Hummus 80 g (***SEZ.***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.***) 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g 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	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.***) Rzodkiew biała plastry 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.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.***) Rzodkiew biała plastry 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.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Pomidor 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE.***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Pomidor 30 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ.***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Pomidor 30 g
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml		Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g 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.***) Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***)	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Schab gotowany 30 g Sałata zielona 10 g		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***)			Kefir 2.0% 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 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.***) Pomidor 80 g Mix sałat 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 twarogu z dżemem brzoskwiniowym 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.***) Pomidor 80 g Mix sałat 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 twarogu z dżemem brzoskwiniowym 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.***) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 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 twarogu z dżemem brzoskwiniowym 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.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***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.***) Papryka konserwowa 80 g Mix sałat 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 50 g Schab gotowany 50 g Papryka konserwowa 80 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.***) 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.***) Schab gotowany 50 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 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 twarogu z dżemem brzoskwiniowym 50 g (***MLE.***) mielona Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 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.***) Pomidor 80 g Mix sałat 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 twarogu z dżemem brzoskwiniowym 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.***) Pomidor 80 g Mix sałat 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.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Sałata zielona 10 g	Jabłko 150 g		
		Wartość energetyczna: 2338.10 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 92.45 g; Kw. tł. nasy.: 45.20 g; Węglowodany ogółem: 275.42 g; W tym cukry: 55.98 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 9.52 g; Sód: 3806.76 mg;	Wartość energetyczna: 2302.34 kcal; Białko ogółem: 114.17 g; Tłuszcz: 75.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 305.10 g; W tym cukry: 63.50 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 7.98 g; Sód: 3179.12 mg;	Wartość energetyczna: 2026.01 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 69.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 260.39 g; W tym cukry: 39.44 g; Błonnik pok.: 18.99 g; Sól: 6.84 g; Sód: 2738.29 mg;	Wartość energetyczna: 2013.78 kcal; Białko ogółem: 97.38 g; Tłuszcz: 67.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 266.15 g; W tym cukry: 34.30 g; Błonnik pok.: 16.32 g; Sól: 6.64 g; Sód: 2655.06 mg;	Wartość energetyczna: 2354.77 kcal; Białko ogółem: 127.90 g; Tłuszcz: 95.35 g; Kw. tł. nasy.: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 257.87 g; W tym cukry: 16.08 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 14.03 g; Sód: 5614.79 mg;	Wartość energetyczna: 2576.85 kcal; Białko ogółem: 135.77 g; Tłuszcz: 97.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 296.46 g; W tym cukry: 13.66 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 13.65 g; Sód: 5451.49 mg;	Wartość energetyczna: 2301.46 kcal; Białko ogółem: 130.38 g; Tłuszcz: 79.30 g; Kw. tł. nasy.: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 279.66 g; W tym cukry: 28.65 g; Błonnik pok.: 16.70 g; Sól: 8.07 g; Sód: 3231.59 mg;	Wartość energetyczna: 2119.01 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 281.42 g; W tym cukry: 51.58 g; Błonnik pok.: 17.96 g; Sól: 7.37 g; Sód: 2942.08 mg;	Wartość energetyczna: 2034.43 kcal; Białko ogółem: 97.01 g; Tłuszcz: 67.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; Węglowodany ogółem: 274.79 g; W tym cukry: 50.01 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sól: 8.47 g; Sód: 3379.47 mg;	Wartość energetyczna: 2539.08 kcal; Białko ogółem: 127.41 g; Tłuszcz: 84.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 335.55 g; W tym cukry: 63.47 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 9.56 g; Sód: 3825.03 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
2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidorki koktajlowe 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,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) 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,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Serek śmietankowy naturalny 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,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Serek śmietankowy naturalny 50 g (***MLE,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidorki koktajlowe 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 50 g (***GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Schab gotowany 30 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidorki koktajlowe 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 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Serek śmietankowy naturalny 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,***) mielony Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidorki koktajlowe 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,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidorki koktajlowe 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 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,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Naleśniki z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml		Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ryż na sypko 180 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Woda z cytryną 200 ml				
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 30 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)			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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Buraczki z jabłkiem b/c 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Buraczki z jabłkiem b/c 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 drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 40 g (***SOJ, SEL,***) Schab gotowany 40 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,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 40 g (***SOJ, SEL,***) Schab gotowany 40 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Rzodkiew biała plastry 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 Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Rzodkiew biała plastry 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 drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, 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,***) mielona Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 40 g (***SOJ, SEL,***) Schab gotowany 40 g Buraczki z jabłkiem b/c 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Buraczki z jabłkiem b/c 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 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 Schab gotowany 30 g 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,***) Sałata zielona 10 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2494.24 kcal; Białko ogółem: 100.05 g; Tłuszcz: 76.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.71 g; Węglowodany ogółem: 370.70 g; W tym cukry: 130.95 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 9.43 g; Sód: 3727.12 mg;	Wartość energetyczna: 2087.19 kcal; Białko ogółem: 77.86 g; Tłuszcz: 52.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 347.51 g; W tym cukry: 105.77 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 8.03 g; Sód: 3164.91 mg;	Wartość energetyczna: 2190.31 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Tłuszcz: 61.43 g; Kw. tł. nasy.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 343.61 g; W tym cukry: 104.51 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 6.62 g; Sód: 2614.15 mg;	Wartość energetyczna: 2093.22 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 70.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; Węglowodany ogółem: 286.26 g; W tym cukry: 31.73 g; Błonnik pok.: 14.12 g; Sól: 6.85 g; Sód: 2737.70 mg;	Wartość energetyczna: 2390.38 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz: 77.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.30 g; Węglowodany ogółem: 324.38 g; W tym cukry: 35.53 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 13.81 g; Sód: 5524.85 mg;	Wartość energetyczna: 2240.62 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 60.90 g; Kw. tł. nasy.: 15.25 g; Węglowodany ogółem: 330.71 g; W tym cukry: 17.43 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 11.96 g; Sód: 4780.38 mg;	Wartość energetyczna: 2368.05 kcal; Białko ogółem: 95.80 g; Tłuszcz: 78.68 g; Kw. tł. nasy.: 37.39 g; Węglowodany ogółem: 333.02 g; W tym cukry: 36.72 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sól: 8.21 g; Sód: 3293.40 mg;	Wartość energetyczna: 2051.94 kcal; Białko ogółem: 86.28 g; Tłuszcz: 62.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 297.74 g; W tym cukry: 50.47 g; Błonnik pok.: 17.64 g; Sól: 7.80 g; Sód: 3124.42 mg;	Wartość energetyczna: 2015.44 kcal; Białko ogółem: 82.14 g; Tłuszcz: 49.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 330.98 g; W tym cukry: 105.71 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 8.95 g; Sód: 3536.28 mg;	Wartość energetyczna: 2780.40 kcal; Białko ogółem: 121.63 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 427.11 g; W tym cukry: 132.24 g; Błonnik pok.: 21.54 g; Sól: 8.97 g; Sód: 3545.26 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
2026-10-06 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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	Makaron 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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	Makaron 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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 50 g (***GLU PSZ,***) 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 60 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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	Kleik z kaszy manny na wodzie 300 ml (***GLU PSZ,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) mielony Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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	Makaron 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza gryczana 180 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml			Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza gryczana 180 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (***MLE,***) Woda z cytryną 200 ml		Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Woda z cytryną 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 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,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza gryczana 180 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza gryczana 180 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					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 konserwowa 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Papryka konserwowa 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 żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Twarożek z ziołami 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE,***) 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek z ziołami 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Twarożek z ziołami 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 Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek z ziołami 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,***) mielona Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE,***) 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 długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 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	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,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g	Jabłko 150 g		
		Wartość energetyczna: 2389.80 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 73.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.70 g; Węglowodany ogółem: 345.59 g; W tym cukry: 56.46 g; Błonnik pok.: 34.61 g; Sól: 7.87 g; Sód: 3142.06 mg;	Wartość energetyczna: 2194.13 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 65.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 320.96 g; W tym cukry: 50.05 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 8.02 g; Sód: 3200.94 mg;	Wartość energetyczna: 2215.47 kcal; Białko ogółem: 100.61 g; Tłuszcz: 65.46 g; Kw. tł. nasy.: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 320.70 g; W tym cukry: 51.27 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 7.29 g; Sód: 2919.07 mg;	Wartość energetyczna: 1998.81 kcal; Białko ogółem: 85.71 g; Tłuszcz: 59.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 291.89 g; W tym cukry: 29.46 g; Błonnik pok.: 20.20 g; Sól: 6.89 g; Sód: 2755.95 mg;	Wartość energetyczna: 2581.16 kcal; Białko ogółem: 118.76 g; Tłuszcz: 88.67 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 344.18 g; W tym cukry: 31.15 g; Błonnik pok.: 34.86 g; Sól: 12.27 g; Sód: 4904.27 mg;	Wartość energetyczna: 2457.56 kcal; Białko ogółem: 116.49 g; Tłuszcz: 65.62 g; Kw. tł. nasy.: 14.23 g; Węglowodany ogółem: 368.88 g; W tym cukry: 24.86 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sól: 11.96 g; Sód: 4777.58 mg;	Wartość energetyczna: 2263.04 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 70.11 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 311.80 g; W tym cukry: 24.95 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sól: 7.42 g; Sód: 2979.00 mg;	Wartość energetyczna: 2130.56 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 67.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.75 g; Węglowodany ogółem: 300.94 g; W tym cukry: 47.03 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sól: 8.08 g; Sód: 3234.51 mg;	Wartość energetyczna: 2115.87 kcal; Białko ogółem: 94.88 g; Tłuszcz: 61.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 312.83 g; W tym cukry: 58.81 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 8.80 g; Sód: 3513.93 mg;	Wartość energetyczna: 2699.05 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 87.05 g; Kw. tł. nasy.: 37.57 g; Węglowodany ogółem: 380.41 g; W tym cukry: 59.14 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 8.66 g; Sód: 3461.86 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
2026-10-07 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 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,***) Papryka świeża 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,***) 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	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,***) 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 długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab gotowany 40 g Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 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 Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 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,***) 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 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) 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 Papryka świeża 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN				Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab pieczony 30 g Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab pieczony 30 g Sałata zielona 10 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (***SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 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			Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml (***SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dynia duszona z marchewką * 150 g (***GLU PSZ,***) Woda z cytryną 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dynia duszona z marchewką * 150 g (***GLU PSZ,***) 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,***) Dynia duszona z marchewką * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) 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 żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,***) 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,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,***) 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,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,***) 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,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,***) Słupki z marchewki 50 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 Schab gotowany 50 g Słupki z marchewki 50 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 twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,***) 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 twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) mielona Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,***) 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,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,***) Jabłko 150 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 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2051.51 kcal; Białko ogółem: 88.98 g; Tłuszcz: 63.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 295.16 g; W tym cukry: 61.17 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sól: 10.34 g; Sód: 4133.22 mg;	Wartość energetyczna: 2133.64 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 58.65 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 323.49 g; W tym cukry: 65.94 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 7.41 g; Sód: 2961.88 mg;	Wartość energetyczna: 2171.75 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 56.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 323.07 g; W tym cukry: 67.16 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sól: 6.94 g; Sód: 2778.97 mg;	Wartość energetyczna: 1859.86 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz: 49.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 273.08 g; W tym cukry: 33.34 g; Błonnik pok.: 18.37 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2620.87 mg;	Wartość energetyczna: 2051.64 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; Tłuszcz: 63.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 276.69 g; W tym cukry: 18.73 g; Błonnik pok.: 21.53 g; Sól: 14.32 g; Sód: 5727.88 mg;	Wartość energetyczna: 2194.90 kcal; Białko ogółem: 106.36 g; Tłuszcz: 56.00 g; Kw. tł. nasy.: 13.84 g; Węglowodany ogółem: 328.56 g; W tym cukry: 22.52 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 11.24 g; Sód: 4487.45 mg;	Wartość energetyczna: 2170.22 kcal; Białko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.24 g; Węglowodany ogółem: 312.70 g; W tym cukry: 38.12 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 7.50 g; Sód: 3007.36 mg;	Wartość energetyczna: 2214.30 kcal; Białko ogółem: 93.28 g; Tłuszcz: 61.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 335.34 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 20.00 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2990.90 mg;	Wartość energetyczna: 1971.04 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 51.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 295.39 g; W tym cukry: 61.54 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 11.52 g; Sód: 4601.75 mg;	Wartość energetyczna: 2335.10 kcal; Białko ogółem: 105.40 g; Tłuszcz: 65.07 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 350.49 g; W tym cukry: 61.46 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 11.40 g; Sód: 4556.42 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
2026-10-08 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ. SEL.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) 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.***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) 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.***) 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.***) Twarożek 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 drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL.***) Ser mozzarella kulki 30 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.***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) 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% 10 g Filet z kurczaka gotowany 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.***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL.***) Ser mozzarella kulki 30 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE.***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) 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.***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) 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.***) Twarożek 50 g (***MLE.***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE.***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.***) Sałata zielona 10 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Chrupki kukurydziane 20 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Twarożek 50 g (***MLE.***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Łazanki z kapustą i kiełbasą 300 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.***) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL.***) Makaron 180 g (***GLU PSZ.***) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL.***) Makaron 180 g (***GLU PSZ.***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL.***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ.***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL.***) Woda z cytryną 200 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL.***) Makaron 180 g (***GLU PSZ.***) Brokuł gotowany* 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 200 g (***MLE.***) Brokuł gotowany* 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.***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL.***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ.***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL.***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Łazanki z kapustą i kiełbasą 300 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.***) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Pomidor 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.***) Pomidor 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***)				Kefir 2.0% 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.***) Pasztet z ciecierzycy* 50 g (***GLU PSZ, JAJ.***) 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	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 groszku zielonego b/ml 80 g 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	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Sałata zielona 20 g 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.***) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasztet z ciecierzycy* 50 g (***GLU PSZ, JAJ.***) 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	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasztet z ciecierzycy* 50 g (***GLU PSZ, JAJ.***) 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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) 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 groszku zielonego b/ml 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasztet z ciecierzycy* 50 g (***GLU PSZ, JAJ.***) 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasztet z ciecierzycy* 50 g (***GLU PSZ, JAJ.***) 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
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ.***) Sałata zielona 10 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2295.45 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 86.28 g; Kw. tł. nasy.: 35.45 g; Węglowodany ogółem: 317.78 g; W tym cukry: 69.23 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 9.77 g; Sód: 3904.62 mg;	Wartość energetyczna: 2261.75 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 72.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 332.94 g; W tym cukry: 68.44 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sól: 7.46 g; Sód: 2984.21 mg;	Wartość energetyczna: 2246.68 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 68.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 333.43 g; W tym cukry: 70.73 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sól: 5.81 g; Sód: 2337.02 mg;	Wartość energetyczna: 2081.16 kcal; Białko ogółem: 75.49 g; Tłuszcz: 67.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 306.40 g; W tym cukry: 47.99 g; Błonnik pok.: 19.87 g; Sól: 6.33 g; Sód: 2538.97 mg;	Wartość energetyczna: 2356.04 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 85.19 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 311.25 g; W tym cukry: 34.05 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 13.12 g; Sód: 5249.25 mg;	Wartość energetyczna: 2352.27 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 70.99 g; Kw. tł. nasy.: 14.10 g; Węglowodany ogółem: 348.25 g; W tym cukry: 26.31 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sól: 12.22 g; Sód: 4888.01 mg;	Wartość energetyczna: 2291.00 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 77.54 g; Kw. tł. nasy.: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 319.71 g; W tym cukry: 46.76 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 7.81 g; Sód: 3139.26 mg;	Wartość energetyczna: 2189.66 kcal; Białko ogółem: 87.29 g; Tłuszcz: 61.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 337.74 g; W tym cukry: 71.24 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sól: 6.84 g; Sód: 2739.31 mg;	Wartość energetyczna: 2141.12 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 68.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 312.23 g; W tym cukry: 58.42 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 8.79 g; Sód: 3513.96 mg;	Wartość energetyczna: 2651.17 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 93.13 g; Kw. tł. nasy.: 38.28 g; Węglowodany ogółem: 373.35 g; W tym cukry: 76.29 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 10.03 g; Sód: 4013.31 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
2026-10-09 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Śliwka 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,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 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,***) Serek a'la homogenizowany 100 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,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Śliwka 150 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 50 g Jabłko 150 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,***) Serek a'la homogenizowany 100 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,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 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,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Rzepa biała plastry 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Rzepa biała plastry 30 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 30 g
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 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	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Woda z cytryną 200 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Woda z cytryną 200 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***)	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c () 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		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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Mix sałat 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 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 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 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasta z jaj 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ćwikła z jabłkiem b/c 100 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj (bez mleka) 100 g (***JAJ,***) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Pasta z jaj 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Mix sałat 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 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Mix sałat 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 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,***) 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,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Jabłko 150 g	
		Wartość energetyczna: 2095.61 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 63.22 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 297.71 g; W tym cukry: 76.23 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 8.78 g; Sód: 3509.97 mg;	Wartość energetyczna: 2139.89 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 311.85 g; W tym cukry: 71.65 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 7.28 g; Sód: 2901.81 mg;	Wartość energetyczna: 1949.54 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 51.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 293.56 g; W tym cukry: 66.68 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 5.77 g; Sód: 2306.73 mg;	Wartość energetyczna: 1722.12 kcal; Białko ogółem: 77.57 g; Tłuszcz: 45.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 261.47 g; W tym cukry: 34.95 g; Błonnik pok.: 18.37 g; Sól: 5.55 g; Sód: 2220.80 mg;	Wartość energetyczna: 2101.38 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 66.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.23 g; Węglowodany ogółem: 280.49 g; W tym cukry: 37.01 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 13.33 g; Sód: 5328.37 mg;	Wartość energetyczna: 2169.04 kcal; Białko ogółem: 114.15 g; Tłuszcz: 56.45 g; Kw. tł. nasy.: 14.08 g; Węglowodany ogółem: 314.66 g; W tym cukry: 35.13 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 12.98 g; Sód: 5175.36 mg;	Wartość energetyczna: 1989.08 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 57.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 283.04 g; W tym cukry: 25.31 g; Błonnik pok.: 18.75 g; Sól: 6.63 g; Sód: 2661.49 mg;	Wartość energetyczna: 2173.42 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 297.41 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 18.32 g; Sól: 6.75 g; Sód: 2694.85 mg;	Wartość energetyczna: 2014.71 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 55.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.59 g; Węglowodany ogółem: 297.34 g; W tym cukry: 77.06 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 8.86 g; Sód: 3535.17 mg;	Wartość energetyczna: 2439.88 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nasy.: 31.00 g; Węglowodany ogółem: 354.21 g; W tym cukry: 78.51 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sól: 9.87 g; Sód: 3943.46 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
2026-10-10 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne 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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) 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,***) Twarożek 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 drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) 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% 10 g Schab gotowany 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***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,***) Twarożek 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 drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) 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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki pszenne 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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) 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,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) 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,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 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 z udźca kurczaka z warzywami 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 z udźca kurczaka z warzywami 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 drobiowe mielone w sosie wł 80 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane puree 180 g (***MLE,***) 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,***)	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 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 z udźca kurczaka z warzywami 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Słupki z marchewki 30 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Słupki z marchewki 30 g	Jabłko pieczone 150 g			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona, parzona 120 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Ketchup 20 g (***SEL,***) 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 twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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	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,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) 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,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) 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,***) 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 50 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,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) 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 żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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 mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				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 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,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2431.91 kcal; Białko ogółem: 90.87 g; Tłuszcz: 95.44 g; Kw. tł. nasy.: 41.09 g; Węglowodany ogółem: 317.23 g; W tym cukry: 76.30 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 9.96 g; Sód: 3945.60 mg;	Wartość energetyczna: 2207.80 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 326.23 g; W tym cukry: 71.30 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 7.97 g; Sód: 3183.06 mg;	Wartość energetyczna: 2119.42 kcal; Białko ogółem: 86.09 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.65 g; Węglowodany ogółem: 313.21 g; W tym cukry: 63.59 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2821.82 mg;	Wartość energetyczna: 1912.92 kcal; Białko ogółem: 72.31 g; Tłuszcz: 58.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.31 g; Węglowodany ogółem: 285.54 g; W tym cukry: 40.31 g; Błonnik pok.: 19.11 g; Sól: 6.14 g; Sód: 2462.15 mg;	Wartość energetyczna: 2173.82 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 71.41 g; Kw. tł. nasy.: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 299.68 g; W tym cukry: 33.82 g; Błonnik pok.: 28.62 g; Sól: 12.54 g; Sód: 5017.62 mg;	Wartość energetyczna: 2071.59 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz: 52.44 g; Kw. tł. nasy.: 12.08 g; Węglowodany ogółem: 320.27 g; W tym cukry: 32.73 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 11.53 g; Sód: 4600.07 mg;	Wartość energetyczna: 2180.89 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 69.30 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 317.01 g; W tym cukry: 43.20 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 7.39 g; Sód: 2972.88 mg;	Wartość energetyczna: 2032.51 kcal; Białko ogółem: 81.56 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 307.87 g; W tym cukry: 58.65 g; Błonnik pok.: 22.14 g; Sól: 6.97 g; Sód: 2789.65 mg;	Wartość energetyczna: 1976.23 kcal; Białko ogółem: 79.33 g; Tłuszcz: 58.07 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 301.29 g; W tym cukry: 65.22 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sól: 8.57 g; Sód: 3423.70 mg;	Wartość energetyczna: 2488.84 kcal; Białko ogółem: 102.18 g; Tłuszcz: 71.53 g; Kw. tł. nasy.: 33.44 g; Węglowodany ogółem: 378.91 g; W tym cukry: 88.64 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 8.78 g; Sód: 3507.87 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
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z cukinii i marchewki 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 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,***) 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 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	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 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Schab gotowany 40 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z cukinii i marchewki 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 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,***) mielony Plat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) 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 Pasta z cukinii i marchewki 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z cukinii i marchewki 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,***) Pomidor 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Pomidor 30 g Tłuszcz do smarowania 59% 5 g	Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Pomidor 30 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g 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 szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 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 szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z makaronem (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 Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***)	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) 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 żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 50 g (***MLE,***) 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,***) Twarożek z koperkiem 50 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) 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 z koperkiem 50 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 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 z koperkiem 50 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,***) Twarożek z koperkiem 50 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Słupki z marchewki 50 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 Filet z kurczaka gotowany 50 g Słupki z marchewki 50 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 z koperkiem 50 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) 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 z koperkiem 50 g (***MLE,***) mielona Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Twarożek z koperkiem 50 g (***MLE,***) 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 mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 50 g (***MLE,***) 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	Jabłko 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) 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,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Jabłko 150 g	
		Wartość energetyczna: 2175.04 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; Węglowodany ogółem: 294.31 g; W tym cukry: 65.61 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 8.96 g; Sód: 3578.73 mg;	Wartość energetyczna: 2228.24 kcal; Białko ogółem: 108.61 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 303.06 g; W tym cukry: 57.96 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sól: 8.21 g; Sód: 3281.83 mg;	Wartość energetyczna: 2236.02 kcal; Białko ogółem: 120.35 g; Tłuszcz: 65.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 300.67 g; W tym cukry: 58.32 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 7.22 g; Sód: 2896.36 mg;	Wartość energetyczna: 1869.70 kcal; Białko ogółem: 97.95 g; Tłuszcz: 55.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 251.52 g; W tym cukry: 27.37 g; Błonnik pok.: 17.62 g; Sól: 6.43 g; Sód: 2573.86 mg;	Wartość energetyczna: 2305.65 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 87.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 282.27 g; W tym cukry: 32.47 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sól: 12.92 g; Sód: 5165.10 mg;	Wartość energetyczna: 2330.46 kcal; Białko ogółem: 115.46 g; Tłuszcz: 72.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 310.33 g; W tym cukry: 17.84 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 11.20 g; Sód: 4475.83 mg;	Wartość energetyczna: 2152.98 kcal; Białko ogółem: 114.97 g; Tłuszcz: 62.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; W tym cukry: 37.42 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sól: 7.61 g; Sód: 3058.23 mg;	Wartość energetyczna: 2170.27 kcal; Białko ogółem: 104.26 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 301.15 g; W tym cukry: 34.81 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 7.74 g; Sód: 3101.76 mg;	Wartość energetyczna: 1980.02 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 55.69 g; Kw. tł. nasy.: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 273.82 g; W tym cukry: 49.10 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sól: 9.05 g; Sód: 3616.90 mg;	Wartość energetyczna: 2655.73 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 91.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 354.70 g; W tym cukry: 66.54 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sól: 10.03 g; Sód: 4007.74 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
2026-09-28 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 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	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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 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,***) 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	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki pszenne 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 szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) 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 żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Galaretka o smaku cytrynowym z owocami 200 g		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 Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 80 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (***SEL,***) Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 80 g (***JAJ,***) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (***SEL,***) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Woda z cytryną 200 ml
	PD					Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Banan 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,***) 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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser topiony 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 topiony 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 żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Serek śmietankowy naturalny 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka* 80 g (***SEL,***) Pomidor 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,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 1966.22 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz: 50.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.44 g; Węglowodany ogółem: 310.96 g; W tym cukry: 19.71 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 8.23 g; Sód: 3299.04 mg;	Wartość energetyczna: 1919.41 kcal; Białko ogółem: 66.97 g; Tłuszcz: 47.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 314.43 g; W tym cukry: 68.21 g; Błonnik pok.: 15.97 g; Sól: 7.32 g; Sód: 2926.11 mg;	Wartość energetyczna: 2247.09 kcal; Białko ogółem: 82.43 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 327.56 g; W tym cukry: 50.61 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sól: 8.97 g; Sód: 3583.88 mg;	Wartość energetyczna: 1811.32 kcal; Białko ogółem: 65.97 g; Tłuszcz: 77.64 g; Kw. tł. nasy.: 32.26 g; Węglowodany ogółem: 225.10 g; W tym cukry: 19.87 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 5.57 g; Sód: 2221.45 mg;	Wartość energetyczna: 2639.83 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 66.50 g; Kw. tł. nasy.: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 417.12 g; W tym cukry: 97.80 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 10.62 g; Sód: 4257.82 mg;	Wartość energetyczna: 2653.06 kcal; Białko ogółem: 101.60 g; Tłuszcz: 71.53 g; Kw. tł. nasy.: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 412.44 g; W tym cukry: 99.60 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sól: 9.74 g; Sód: 3910.65 mg;	Wartość energetyczna: 2238.30 kcal; Białko ogółem: 99.09 g; Tłuszcz: 77.81 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 299.35 g; W tym cukry: 23.05 g; Błonnik pok.: 29.53 g; Sól: 13.21 g; Sód: 5286.55 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
2026-09-29 wtorek	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 Hummus 80 g (***SEZ,***) Pomidor b/skórki 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,***) Dżem 50 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Hummus 80 g (***SEZ,***) Pomidor b/skórki 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 80 g (***SEZ,***) Pomidor b/skórki 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Papryka świeża 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,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor b/skórki 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,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pomidor 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kopytka ziemniaczane * 300 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto wegetariańskie* 300 g (***SEL,***) Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu) * 400 ml (***SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g 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,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 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 50 g (***SOJ,***) 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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g Śliwka 150 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,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) 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,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 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,***) Twarożek 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,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Śliwka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Wafle ryżowe 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2142.28 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 55.71 g; Kw. tł. nasy.: 10.97 g; Węglowodany ogółem: 342.84 g; W tym cukry: 36.28 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 7.03 g; Sód: 2813.24 mg;	Wartość energetyczna: 1968.86 kcal; Białko ogółem: 49.70 g; Tłuszcz: 51.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 338.33 g; W tym cukry: 59.87 g; Błonnik pok.: 16.15 g; Sól: 4.89 g; Sód: 1954.12 mg;	Wartość energetyczna: 2252.86 kcal; Białko ogółem: 69.53 g; Tłuszcz: 73.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 340.80 g; W tym cukry: 84.71 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 7.72 g; Sód: 3087.67 mg;	Wartość energetyczna: 2076.81 kcal; Białko ogółem: 72.15 g; Tłuszcz: 74.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 287.41 g; W tym cukry: 47.78 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 2.72 g; Sód: 1084.83 mg;	Wartość energetyczna: 2376.18 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 347.37 g; W tym cukry: 91.69 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 7.38 g; Sód: 2952.41 mg;	Wartość energetyczna: 2392.63 kcal; Białko ogółem: 109.91 g; Tłuszcz: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 360.66 g; W tym cukry: 92.42 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 6.03 g; Sód: 2413.77 mg;	Wartość energetyczna: 2487.82 kcal; Białko ogółem: 112.49 g; Tłuszcz: 91.64 g; Kw. tł. nasy.: 38.07 g; Węglowodany ogółem: 312.30 g; W tym cukry: 36.90 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sól: 11.66 g; Sód: 4664.13 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
2026-09-30 środa	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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 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 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Dżem 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) 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,***) Papryka świeża 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,***) Serek a'la homogenizowany 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Sałata zielona 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 10 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	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet drobiowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Kotlety z ciecierzycy pieczone 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400 ml (***SEL,***) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 80 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem 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,***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Banan 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g Ogórek świeży 80 g Mix sałat 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 rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet sojowy z pomidorami 80 g (***SOJ, GOR,***) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 50 g Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z pol.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 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 rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z pol.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (***RYB, SEL,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z pol.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Jabłko 150 g Wafle ryżowe 20 g		Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Wafle ryżowe 20 g	Jabłko 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 1954.50 kcal; Białko ogółem: 80.80 g; Tłuszcz: 47.38 g; Kw. tł. nasy.: 11.38 g; Węglowodany ogółem: 320.20 g; W tym cukry: 37.90 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sól: 5.55 g; Sód: 2216.74 mg;	Wartość energetyczna: 1733.77 kcal; Białko ogółem: 53.03 g; Tłuszcz: 42.48 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 300.27 g; W tym cukry: 67.31 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sól: 6.26 g; Sód: 2508.44 mg;	Wartość energetyczna: 2235.33 kcal; Białko ogółem: 67.86 g; Tłuszcz: 91.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 297.21 g; W tym cukry: 52.66 g; Błonnik pok.: 34.62 g; Sól: 6.95 g; Sód: 2769.96 mg;	Wartość energetyczna: 1839.17 kcal; Białko ogółem: 70.39 g; Tłuszcz: 66.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.90 g; Węglowodany ogółem: 254.84 g; W tym cukry: 35.89 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sól: 2.64 g; Sód: 1045.00 mg;	Wartość energetyczna: 2230.39 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz: 61.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 344.94 g; W tym cukry: 84.34 g; Błonnik pok.: 30.30 g; Sól: 8.47 g; Sód: 3387.80 mg;	Wartość energetyczna: 2309.52 kcal; Białko ogółem: 94.19 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 365.16 g; W tym cukry: 82.57 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 8.03 g; Sód: 3213.88 mg;	Wartość energetyczna: 2054.81 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 286.98 g; W tym cukry: 28.15 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 11.13 g; Sód: 4465.40 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
2026-10-01 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% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 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,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Dżem 50 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Hummus 100 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,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 80 g (***MLE,***) Dżem 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 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 Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 30 g 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,***) Ser żółty 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Wafle ryżowe 30 g Mus z brzoskwiń 50 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Słupki z marchewki 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pyzy ziemniaczane* 300 g Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, bez mleka) 400 ml (***SEL,***) Schab gotowany 80 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka po bretońsku 300 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Woda z cytryną 200 ml
	PD					Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (***MLE,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (***SEL,***) 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,***) Sałatka jarzynowa* dieta 50 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) 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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Tofu 50 g (***SOJ,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałatka jarzynowa* 80 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 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,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Napój sojowy waniliowy 250ml 1 szt (***SOJ,***)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 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: 2011.81 kcal; Białko ogółem: 79.91 g; Tłuszcz: 58.05 g; Kw. tł. nasy.: 10.25 g; Węglowodany ogółem: 310.00 g; W tym cukry: 36.83 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 9.38 g; Sód: 3743.32 mg;	Wartość energetyczna: 1782.56 kcal; Białko ogółem: 44.66 g; Tłuszcz: 41.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.60 g; Węglowodany ogółem: 316.13 g; W tym cukry: 48.39 g; Błonnik pok.: 14.39 g; Sól: 7.57 g; Sód: 3031.32 mg;	Wartość energetyczna: 2285.76 kcal; Białko ogółem: 77.83 g; Tłuszcz: 77.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 337.67 g; W tym cukry: 66.71 g; Błonnik pok.: 35.32 g; Sól: 8.07 g; Sód: 3229.26 mg;	Wartość energetyczna: 1869.66 kcal; Białko ogółem: 78.27 g; Tłuszcz: 64.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 256.78 g; W tym cukry: 46.98 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sól: 4.11 g; Sód: 1630.15 mg;	Wartość energetyczna: 2654.51 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 91.69 g; Kw. tł. nasy.: 46.59 g; Węglowodany ogółem: 382.66 g; W tym cukry: 91.08 g; Błonnik pok.: 36.29 g; Sól: 10.30 g; Sód: 4104.14 mg;	Wartość energetyczna: 2409.43 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 70.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.28 g; Węglowodany ogółem: 362.33 g; W tym cukry: 83.61 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 6.53 g; Sód: 2609.41 mg;	Wartość energetyczna: 2491.71 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz: 98.64 g; Kw. tł. nasy.: 44.22 g; Węglowodany ogółem: 310.17 g; W tym cukry: 29.85 g; Błonnik pok.: 30.03 g; Sól: 14.33 g; Sód: 5731.39 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
2026-10-02 piątek	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 Twarożek 50 g (***MLE,***) 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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Mix sałat 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Mix sałat 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,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Gruszka 150 g Mix sałat 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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Mix sałat 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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***) Jabłko 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab gotowany 30 g Pomidor 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (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	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Łosoś pieczony 60 g (***RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Leczo wegetariańskie z ciecierzycą 300 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka glutenu) 300 ml (***SEL,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez glutenu) 80 ml (***MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Łosoś pieczony 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) 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 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,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Dżem 50 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,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, 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 żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 1820.40 kcal; Białko ogółem: 86.52 g; Tłuszcz: 42.37 g; Kw. tł. nasy.: 9.56 g; Węglowodany ogółem: 290.15 g; W tym cukry: 35.73 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sól: 8.13 g; Sód: 3251.00 mg;	Wartość energetyczna: 1716.47 kcal; Białko ogółem: 62.89 g; Tłuszcz: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 275.64 g; W tym cukry: 69.58 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 4.83 g; Sód: 1927.42 mg;	Wartość energetyczna: 1754.61 kcal; Białko ogółem: 57.76 g; Tłuszcz: 53.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 271.55 g; W tym cukry: 51.74 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sól: 8.78 g; Sód: 3511.50 mg;	Wartość energetyczna: 1805.82 kcal; Białko ogółem: 77.67 g; Tłuszcz: 66.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 237.37 g; W tym cukry: 34.77 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 4.99 g; Sód: 1996.86 mg;	Wartość energetyczna: 2462.13 kcal; Białko ogółem: 110.85 g; Tłuszcz: 77.13 g; Kw. tł. nasy.: 35.66 g; Węglowodany ogółem: 347.12 g; W tym cukry: 86.37 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 11.93 g; Sód: 4768.85 mg;	Wartość energetyczna: 2472.33 kcal; Białko ogółem: 111.28 g; Tłuszcz: 71.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 364.64 g; W tym cukry: 84.14 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sól: 10.73 g; Sód: 4281.83 mg;	Wartość energetyczna: 2173.15 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 77.62 g; Kw. tł. nasy.: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 274.77 g; W tym cukry: 25.78 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 11.46 g; Sód: 4600.38 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
2026-10-03 sobota	Śniadanie	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (***SOJ.***) Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (***GLU PSZ., SEL.***) 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 50 g Pasta z brokuła * 80 g 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.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Dżem 50 g Pomidor 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Ser żółty 50 g (***MLE.***) Ogórek świeży 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 bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Ser żółty 50 g (***MLE.***) Pasta z brokuła * 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.***) Pasta z brokuła * 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 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					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Słupki z warzyw () 30 g		Masło extra 82% 5 g (***MLE.***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT.***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE.***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL.***) Bigos 300 g (***GLU PSZ, SEL, GOR.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Banan 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL.***) Knedle z truskawkami * 300 g (***GLU PSZ.***) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 80 g (***MLE.***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL.***) Gulasz sojowy z warzywami * 300 g (***SOJ, SEL.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL.***) Gulasz wieprzowy z warzywami (bez glutenu) 200 g (***SEL.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL.***) Bigos 300 g (***GLU PSZ, SEL, GOR.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Gruszka 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL.***) Gulasz wieprzowy- dieta 300 g (***GLU PSZ.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem brązowym (bez mleka)* 400 ml (***SEL.***) Gulasz wieprzowy- dieta 300 g (***GLU PSZ.***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 300 ml
	PD					Banan 150 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 Pasztet z soczewicy * 50 g (***JAJ.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ.***) Sałatka wiosenna - diety 100 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 Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.***) Dżem 50 g Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***JAJ.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g (***SEZ, może zawierać: ORZ.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***JAJ.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***JAJ.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) Sałatka wiosenna - diety 100 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 Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***JAJ.***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE.***) Sałatka wiosenna - diety 100 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.***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ.***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2262.52 kcal; Białko ogółem: 77.36 g; Tłuszcz: 75.22 g; Kw. tł. nasy.: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 340.38 g; W tym cukry: 81.28 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 11.20 g; Sód: 4478.64 mg;	Wartość energetyczna: 2090.06 kcal; Białko ogółem: 48.79 g; Tłuszcz: 47.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 383.38 g; W tym cukry: 89.13 g; Błonnik pok.: 15.01 g; Sól: 6.66 g; Sód: 2668.70 mg;	Wartość energetyczna: 2488.35 kcal; Białko ogółem: 112.42 g; Tłuszcz: 83.41 g; Kw. tł. nasy.: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 347.05 g; W tym cukry: 67.09 g; Błonnik pok.: 39.53 g; Sól: 7.84 g; Sód: 3141.37 mg;	Wartość energetyczna: 2293.02 kcal; Białko ogółem: 79.76 g; Tłuszcz: 107.16 g; Kw. tł. nasy.: 40.86 g; Węglowodany ogółem: 269.37 g; W tym cukry: 41.80 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 4.57 g; Sód: 1840.00 mg;	Wartość energetyczna: 2641.53 kcal; Białko ogółem: 94.12 g; Tłuszcz: 97.29 g; Kw. tł. nasy.: 39.07 g; Węglowodany ogółem: 366.59 g; W tym cukry: 112.81 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 11.28 g; Sód: 4512.50 mg;	Wartość energetyczna: 2831.95 kcal; Białko ogółem: 137.71 g; Tłuszcz: 105.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.55 g; Węglowodany ogółem: 350.97 g; W tym cukry: 98.15 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 10.95 g; Sód: 4378.00 mg;	Wartość energetyczna: 2636.45 kcal; Białko ogółem: 133.41 g; Tłuszcz: 106.97 g; Kw. tł. nasy.: 41.23 g; Węglowodany ogółem: 298.31 g; W tym cukry: 29.61 g; Błonnik pok.: 26.94 g; Sól: 12.18 g; Sód: 4878.30 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
2026-10-04 niedziela	Śniadanie	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (***GLU PSZ, SEL,**) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,**) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,**) Tłuszcz do smarowania 59% 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Hummus 80 g (***SEZ,**) Rzodkiew biała plastry 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Dżem 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,**) Masło extra 82% 15 g (***MLE,**) Hummus 100 g (***SEZ,**) Rzodkiew biała plastry 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 bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,**) Hummus 100 g (***SEZ,**) Rzodkiew biała plastry 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,**) Masło extra 82% 15 g (***MLE,**) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,**) Rzodkiew biała plastry 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,**)	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,**) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,**) Rzodkiew biała plastry 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,**)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,**) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,**) Pomidor 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,**)
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,**) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,**) Kluski śląskie* 300 g (***JAJ,**) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,**) Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z ziemniakami (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 pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (***SEL,**) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,**) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,**) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,**) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,**) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,**) Schab gotowany 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,**) Schab gotowany 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***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 Schab gotowany 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 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 twarogu z dżemem brzoskwiniowym 50 g (***MLE,**) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,**) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,**) Masło extra 82% 15 g (***MLE,**) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 50 g (***MLE,**) Pomidor 80 g Mix sałat 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 twarogu z dżemem brzoskwiniowym 50 g (***MLE,**) Schab gotowany 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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 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,**) Pomidor 80 g Mix sałat 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 twarogu z dżemem brzoskwiniowym 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,**) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***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,**) Papryka konserwowa 80 g Mix sałat 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,**) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,**) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2137.42 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 80.47 g; Kw. tł. nasy.: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 266.70 g; W tym cukry: 32.89 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 7.39 g; Sód: 2953.10 mg;	Wartość energetyczna: 1933.92 kcal; Białko ogółem: 44.33 g; Tłuszcz: 49.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 342.35 g; W tym cukry: 71.89 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 4.81 g; Sód: 1923.88 mg;	Wartość energetyczna: 2303.45 kcal; Białko ogółem: 79.39 g; Tłuszcz: 87.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.41 g; Węglowodany ogółem: 315.40 g; W tym cukry: 58.41 g; Błonnik pok.: 33.03 g; Sól: 7.40 g; Sód: 2960.06 mg;	Wartość energetyczna: 2169.89 kcal; Białko ogółem: 85.28 g; Tłuszcz: 97.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 248.25 g; W tym cukry: 31.36 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 3.78 g; Sód: 1512.91 mg;	Wartość energetyczna: 2536.01 kcal; Białko ogółem: 129.70 g; Tłuszcz: 95.13 g; Kw. tł. nasy.: 46.12 g; Węglowodany ogółem: 306.98 g; W tym cukry: 60.31 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 10.54 g; Sód: 4214.07 mg;	Wartość energetyczna: 2522.75 kcal; Białko ogółem: 127.88 g; Tłuszcz: 78.48 g; Kw. tł. nasy.: 36.84 g; Węglowodany ogółem: 343.21 g; W tym cukry: 67.52 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sól: 8.90 g; Sód: 3546.43 mg;	Wartość energetyczna: 2354.77 kcal; Białko ogółem: 127.90 g; Tłuszcz: 95.35 g; Kw. tł. nasy.: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 257.87 g; W tym cukry: 16.08 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 14.03 g; Sód: 5614.79 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 węglowodanów
2026-10-05 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 Schab gotowany 30 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidorki koktajlowe 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 Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Dżem 50 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Tofu 80 g (***SOJ,***) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 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,***) Schab gotowany 30 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidorki koktajlowe 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidorki koktajlowe 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,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną, 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Jabłko 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	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko 180 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porzeczkowy* 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Naleśniki z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka, glutenu) 400 ml (***SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Naleśniki z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Banan 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Buraczki z jabłkiem b/c 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Buraczki z jabłkiem b/c 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Schab gotowany 30 g Buraczki z jabłkiem b/c 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Buraczki z jabłkiem b/c 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Buraczki z jabłkiem b/c 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Rzodkiew biała plastry 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 rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną, 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 1992.83 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 50.97 g; Kw. tł. nasy.: 12.44 g; Węglowodany ogółem: 316.78 g; W tym cukry: 34.35 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 7.58 g; Sód: 3032.42 mg;	Wartość energetyczna: 1746.54 kcal; Białko ogółem: 45.13 g; Tłuszcz: 40.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 316.84 g; W tym cukry: 101.12 g; Błonnik pok.: 15.32 g; Sól: 5.52 g; Sód: 2178.14 mg;	Wartość energetyczna: 2397.56 kcal; Białko ogółem: 89.04 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 370.40 g; W tym cukry: 130.43 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 5.64 g; Sód: 2208.64 mg;	Wartość energetyczna: 1838.29 kcal; Białko ogółem: 60.95 g; Tłuszcz: 53.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 297.54 g; W tym cukry: 93.20 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 2.86 g; Sód: 1096.67 mg;	Wartość energetyczna: 2714.74 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 77.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 424.10 g; W tym cukry: 174.30 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 9.44 g; Sód: 3731.62 mg;	Wartość energetyczna: 2307.69 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz: 53.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 400.91 g; W tym cukry: 149.12 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 8.04 g; Sód: 3169.41 mg;	Wartość energetyczna: 2390.38 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz: 77.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.30 g; Węglowodany ogółem: 324.38 g; W tym cukry: 35.53 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 13.81 g; Sód: 5524.85 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
2026-10-06 wtorek	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,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 50 g Dżem 50 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) 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	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 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,***)	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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	Makaron 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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
	II ŚN					Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Banan 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza gryczana 180 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka, glutenu)* 400 ml (***SEL,***) Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 80 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza gryczana 180 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (***GLU JĘCZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza gryczana 180 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (***MLE,***) Woda z cytryną 200 ml
	PD					Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)		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 konserwowa 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. 50 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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,***) Twarożek z ziołami 50 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Twarożek z ziołami 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,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Twarożek z ziołami 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,***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) 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,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś). ** 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Mus- Przecier owocowy jabłko-rokitnik 100g (tubka) 1 szt	Jabłko 150 g		Mus- Przecier owocowy jabłko-rokitnik 100g (tubka) 1 szt	Jabłko 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 30 g
		Wartość energetyczna: 2070.78 kcal; Białko ogółem: 88.61 g; Tłuszcz: 45.88 g; Kw. tł. nasy.: 17.18 g; Węglowodany ogółem: 344.13 g; W tym cukry: 59.06 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 6.87 g; Sód: 2749.58 mg;	Wartość energetyczna: 1797.52 kcal; Białko ogółem: 53.89 g; Tłuszcz: 51.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.06 g; Węglowodany ogółem: 298.25 g; W tym cukry: 66.20 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 6.39 g; Sód: 2556.75 mg;	Wartość energetyczna: 2176.12 kcal; Białko ogółem: 75.19 g; Tłuszcz: 81.41 g; Kw. tł. nasy.: 42.54 g; Węglowodany ogółem: 306.60 g; W tym cukry: 61.37 g; Błonnik pok.: 35.62 g; Sól: 7.59 g; Sód: 3033.97 mg;	Wartość energetyczna: 1834.48 kcal; Białko ogółem: 75.91 g; Tłuszcz: 67.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 243.02 g; W tym cukry: 41.98 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 3.48 g; Sód: 1387.44 mg;	Wartość energetyczna: 2657.50 kcal; Białko ogółem: 114.66 g; Tłuszcz: 77.10 g; Kw. tł. nasy.: 35.67 g; Węglowodany ogółem: 398.06 g; W tym cukry: 95.44 g; Błonnik pok.: 37.96 g; Sól: 8.11 g; Sód: 3238.86 mg;	Wartość energetyczna: 2566.79 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 72.22 g; Kw. tł. nasy.: 34.39 g; Węglowodany ogółem: 389.14 g; W tym cukry: 89.28 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 7.37 g; Sód: 2939.04 mg;	Wartość energetyczna: 2581.16 kcal; Białko ogółem: 118.76 g; Tłuszcz: 88.67 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 344.18 g; W tym cukry: 31.15 g; Błonnik pok.: 34.86 g; Sól: 12.27 g; Sód: 4904.27 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
2026-10-07 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 Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 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,***) 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet sojowy z pomidorami 80 g (***SOJ, GOR,***) Papryka świeża 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,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) 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,***) Papryka świeża 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,***) 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,***) 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab pieczony 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab pieczony 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Schab pieczony 30 g Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kopytka ziemniaczane * 300 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z marchewką * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kopytka ziemniaczane * 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, bez mleka) 400 ml (***SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml (***SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 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	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pieczarkowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 50 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 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 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,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Jabłko 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,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Schab gotowany 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,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) 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,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) 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,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g
	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
		Wartość energetyczna: 2029.30 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz: 51.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 323.54 g; W tym cukry: 42.44 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sól: 8.33 g; Sód: 3326.38 mg;	Wartość energetyczna: 2134.61 kcal; Białko ogółem: 54.21 g; Tłuszcz: 54.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 365.37 g; W tym cukry: 67.00 g; Błonnik pok.: 16.23 g; Sól: 5.10 g; Sód: 2043.74 mg;	Wartość energetyczna: 2531.69 kcal; Białko ogółem: 71.25 g; Tłuszcz: 85.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 380.71 g; W tym cukry: 59.30 g; Błonnik pok.: 21.20 g; Sól: 8.94 g; Sód: 3575.36 mg;	Wartość energetyczna: 1933.75 kcal; Białko ogółem: 72.27 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 257.73 g; W tym cukry: 44.23 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 5.49 g; Sód: 2188.39 mg;	Wartość energetyczna: 2343.96 kcal; Białko ogółem: 109.66 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tł. nasy.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 334.82 g; W tym cukry: 76.07 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 11.39 g; Sód: 4548.09 mg;	Wartość energetyczna: 2444.09 kcal; Białko ogółem: 113.10 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 371.45 g; W tym cukry: 79.17 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 8.57 g; Sód: 3420.26 mg;	Wartość energetyczna: 2110.20 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 68.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 278.47 g; W tym cukry: 18.59 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sól: 14.32 g; Sód: 5727.94 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
2026-10-08 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% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 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,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Dżem 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,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek Fromage 100 g (***GLU PSZ, MLE,***) 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,***) Filet z kurczaka gotowany 50 g Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) 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,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) 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,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) 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,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Ser mozzarella kulki 30 g (***MLE,***) 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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, glutenu) * 400 ml (***SEL,***) Łazanki z kapustą i kiełbasą 300 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, glutenu) * 400 ml (***SEL,***) Łopatka wieprzowa pieczona 80 g Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (***SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i kiełbasą 300 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 180 g (***GLU PSZ,***) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml Jabłko 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 180 g (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Woda z cytryną 200 ml
	PD					Jabłko 150 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2,***) 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 Pasztet z cieciorzycy* 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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	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 groszku zielonego b/mł 80 g Dżem 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet z cieciorzycy* 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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,***) Pasztet z cieciorzycy* 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet z cieciorzycy* 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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	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 groszku zielonego b/mł 80 g 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	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet z cieciorzycy* 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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
	PN	Napój sojowy waniliowy 250ml 1 szt (***SOJ,***)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2242.59 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.17 g; Węglowodany ogółem: 345.55 g; W tym cukry: 52.27 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sól: 7.19 g; Sód: 2877.75 mg;	Wartość energetyczna: 1814.63 kcal; Białko ogółem: 48.67 g; Tłuszcz: 42.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; Węglowodany ogółem: 326.04 g; W tym cukry: 84.22 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 6.12 g; Sód: 2456.85 mg;	Wartość energetyczna: 2503.78 kcal; Białko ogółem: 70.70 g; Tłuszcz: 104.93 g; Kw. tł. nasy.: 52.10 g; Węglowodany ogółem: 334.23 g; W tym cukry: 60.22 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sól: 7.05 g; Sód: 3024.67 mg;	Wartość energetyczna: 2043.39 kcal; Białko ogółem: 81.07 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 281.01 g; W tym cukry: 40.11 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 4.15 g; Sód: 1661.62 mg;	Wartość energetyczna: 2515.95 kcal; Białko ogółem: 79.82 g; Tłuszcz: 87.33 g; Kw. tł. nasy.: 35.69 g; Węglowodany ogółem: 371.18 g; W tym cukry: 112.58 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 9.78 g; Sód: 3909.12 mg;	Wartość energetyczna: 2482.25 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz: 73.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 386.34 g; W tym cukry: 111.79 g; Błonnik pok.: 30.68 g; Sól: 7.47 g; Sód: 2988.71 mg;	Wartość energetyczna: 2356.04 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 85.19 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 311.25 g; W tym cukry: 34.05 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 13.12 g; Sód: 5249.25 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
2026-10-09 piątek	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 Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 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,***) Serek a'la homogenizowany 50 g (***MLE,***) Dżem 25 g 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 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,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Śliwka 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,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Dżem 25 g 1 szt 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,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Śliwka 150 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,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Rzepa biała plastry 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Pyzy ziemniaczane* 300 g Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Pyzy ziemniaczane* 300 g Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (***SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 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 Pasta z jaj 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Mix sałat 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 80 g (***JAJ, MLE,***) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj 80 g (***JAJ, MLE,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj 80 g (***JAJ, MLE,***) Schab gotowany 50 g Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Mix sałat 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 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Mix sałat 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2043.21 kcal; Białko ogółem: 84.52 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nasy.: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 324.12 g; W tym cukry: 56.35 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sól: 8.65 g; Sód: 3458.80 mg;	Wartość energetyczna: 1939.61 kcal; Białko ogółem: 51.02 g; Tłuszcz: 48.68 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 334.99 g; W tym cukry: 68.33 g; Błonnik pok.: 16.95 g; Sól: 6.75 g; Sód: 2700.68 mg;	Wartość energetyczna: 2239.97 kcal; Białko ogółem: 72.44 g; Tłuszcz: 58.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 366.10 g; W tym cukry: 81.99 g; Błonnik pok.: 24.09 g; Sól: 8.11 g; Sód: 3235.68 mg;	Wartość energetyczna: 1970.62 kcal; Białko ogółem: 85.77 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 261.11 g; W tym cukry: 63.93 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 2.93 g; Sód: 1161.45 mg;	Wartość energetyczna: 2212.71 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 315.29 g; W tym cukry: 86.81 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sól: 8.99 g; Sód: 3595.37 mg;	Wartość energetyczna: 2256.99 kcal; Białko ogółem: 108.00 g; Tłuszcz: 63.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 329.43 g; W tym cukry: 82.23 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 7.49 g; Sód: 2987.21 mg;	Wartość energetyczna: 2101.38 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 66.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.23 g; Węglowodany ogółem: 280.49 g; W tym cukry: 37.01 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 13.33 g; Sód: 5328.37 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
2026-10-10 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, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania 59% 15 g Schab gotowany 50 g Papryka świeża 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,***) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 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 bezglutenowy 100 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***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,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne 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,***) Twarożek 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,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Gruszka 150 g	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	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 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,***) Pierogi ze szpinakiem* 200 g (***GLU PSZ, MLE,***) Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, 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 z udźca kurczaka z warzywami (bez glutenu)* 150 g (***SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 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 z udźca kurczaka z warzywami 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 z udźca kurczaka z warzywami 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					Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Słupki z marchewki 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 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 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 żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Sałatka z brokułem,ciecierzycą,pestkami słonecznika i koperkiem 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,***) Sałatka z brokułem,ciecierzycą,pestkami słonecznika i koperkiem 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona, parzona 120 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Ketchup 20 g (***SEL,***) 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 twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, 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
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt						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: 1802.27 kcal; Białko ogółem: 77.36 g; Tłuszcz: 46.06 g; Kw. tł. nasy.: 10.40 g; Węglowodany ogółem: 287.58 g; W tym cukry: 59.30 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 5.92 g; Sód: 2362.02 mg;	Wartość energetyczna: 1827.82 kcal; Białko ogółem: 48.27 g; Tłuszcz: 43.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 322.81 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sól: 6.42 g; Sód: 2571.15 mg;	Wartość energetyczna: 2389.85 kcal; Białko ogółem: 80.85 g; Tłuszcz: 86.01 g; Kw. tł. nasy.: 33.76 g; Węglowodany ogółem: 342.50 g; W tym cukry: 76.21 g; Błonnik pok.: 34.30 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2724.51 mg;	Wartość energetyczna: 1991.65 kcal; Białko ogółem: 57.58 g; Tłuszcz: 86.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 260.17 g; W tym cukry: 46.86 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 2.35 g; Sód: 942.86 mg;	Wartość energetyczna: 2551.11 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 95.90 g; Kw. tł. nasy.: 41.16 g; Węglowodany ogółem: 346.75 g; W tym cukry: 95.03 g; Błonnik pok.: 32.92 g; Sól: 9.97 g; Sód: 3949.40 mg;	Wartość energetyczna: 2385.50 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz: 68.87 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 369.40 g; W tym cukry: 103.98 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sól: 7.97 g; Sód: 3185.36 mg;	Wartość energetyczna: 2173.82 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 71.41 g; Kw. tł. nasy.: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 299.68 g; W tym cukry: 33.82 g; Błonnik pok.: 28.62 g; Sól: 12.54 g; Sód: 5017.62 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
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	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,***) Pasta z cukinii i marchewki 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,***) Dżem 50 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 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,***) Filet z kurczaka gotowany 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 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 żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z cukinii i marchewki 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasta z cukinii i marchewki 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN					Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Pomidor 30 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 350 g (***SOJ, SEL,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 300 g (***SOJ, SEL,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 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 szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka schabowa duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g 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 szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml
	PD					Koktajl bananowy b/c 200 ml (***MLE,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) 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 Filet z kurczaka gotowany 50 g Sałata zielona 20 g 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,***) Sałatka ziemniaczana - dieta 200 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 100 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,***) Twarożek z koperkiem 50 g (***MLE,***) 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,***) Chleb żytni razowy 60 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 50 g (***MLE,***) 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,***) Twarożek z koperkiem 50 g (***MLE,***) 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 żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 50 g (***MLE,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Jabłko 150 g						Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z pol.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 1736.89 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz: 47.40 g; Kw. tł. nasy.: 11.56 g; Węglowodany ogółem: 246.48 g; W tym cukry: 30.63 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 5.72 g; Sód: 2285.33 mg;	Wartość energetyczna: 1777.46 kcal; Białko ogółem: 49.53 g; Tłuszcz: 43.31 g; Kw. tł. nasy.: 19.11 g; Węglowodany ogółem: 310.07 g; W tym cukry: 67.69 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sól: 5.33 g; Sód: 2132.30 mg;	Wartość energetyczna: 2161.58 kcal; Białko ogółem: 82.73 g; Tłuszcz: 79.74 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 292.49 g; W tym cukry: 69.48 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sól: 7.19 g; Sód: 2868.92 mg;	Wartość energetyczna: 2008.64 kcal; Białko ogółem: 94.02 g; Tłuszcz: 66.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 271.29 g; W tym cukry: 55.48 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 4.18 g; Sód: 1660.59 mg;	Wartość energetyczna: 2351.55 kcal; Białko ogółem: 110.42 g; Tłuszcz: 76.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 321.19 g; W tym cukry: 88.36 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 11.19 g; Sód: 4467.88 mg;	Wartość energetyczna: 2404.74 kcal; Białko ogółem: 116.91 g; Tłuszcz: 73.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 329.94 g; W tym cukry: 80.71 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 10.43 g; Sód: 4170.98 mg;	Wartość energetyczna: 2305.65 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 87.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 282.27 g; W tym cukry: 32.47 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sól: 12.92 g; Sód: 5165.10 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,