

|                         |           | KRK- NAR IV Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KRK- NAR VI Z ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KRK- NAR VI A Z ogr.latw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łl.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KRK- NAR VI B Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-16 poniedziałek | Śniadanie | Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                                                           | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłka prażone b/c 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml                                                                                                    | Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                     | Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                              | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                                                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                               | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml                                                                                                                                       |
|                         | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Galairetka o smaku cytrynowym 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                         | Obiad     | Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Marchew oprószana z olejem 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                   | Jarzynowa z makaronem (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Pulpet drobiowy (bez soli i pieprzu) 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Marchew oprószana z olejem 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                    | Jarzynowa z makaronem -dieta b/brokula i kalafiora 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Marchew oprószana z olejem 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                 | Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Marchew oprószana z olejem 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                              | Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100 g ( <b>MLE, SOJ.</b> )<br>Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                | Jarzynowa z makaronem -dieta b/brokula i kalafiora 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Marchew oprószana z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml               | Jarzynowa z makaronem dieta 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki gotowane 100 g<br>Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Marchew oprószana z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                                                                 |
|                         | PD        | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Biskvity b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE.</b> )<br>Salata zielona 5 g<br>Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                         | Kolejca   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Dżem 25 g<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Banan 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml |
| PN                      |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE.</b> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE.</b> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                                                 | Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE.</b> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                         |           | Wartość energetyczna: 2169.92 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 71.62 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 302.02 g; W tym cukry: 68.01 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 7.18 g;                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 1896.35 kcal; Białko ogółem: 36.61 g; Tłuszcz: 65.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 296.14 g; W tym cukry: 73.21 g; Błonnik pok.: 22.43 g; Sól: 1.98 g;                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2163.19 kcal; Białko ogółem: 96.21 g; Tłuszcz: 52.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 334.44 g; W tym cukry: 72.54 g; Błonnik pok.: 18.18 g; Sól: 6.36 g;                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 2028.52 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 60.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 291.19 g; W tym cukry: 67.99 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 7.94 g;                                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 1783.47 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 63.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 226.85 g; W tym cukry: 23.21 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sól: 7.21 g;                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 1737.19 kcal; Białko ogółem: 82.58 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 243.21 g; W tym cukry: 25.47 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 7.31 g;                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 1843.47 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 75.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.51 g; Węglowodany ogółem: 202.59 g; W tym cukry: 48.23 g; Błonnik pok.: 17.52 g; Sól: 6.87 g;                                                                                                                                                                                                               |

|                   |           | KRK- NAR IV Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KRK- NAR VI Z ogr.łatw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KRK- NAR VI A Z ogr.łatw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łtł.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KRK- NAR VI B Z ogr.łatw.przys.węglow./Kob.cięż.                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-17 wtorek | Śniadanie | Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )          | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 30 g ( <b>MLE</b> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml                                                                                                                                       | Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                | Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Pomidorki koktajlowe 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidorki koktajlowe 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                                                                      | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidorki koktajlowe 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Jabiko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml                                                                                 |
|                   | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jabliko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jabliko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Jabliko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Salata zielona 5 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml |
|                   | Obiad     | Brokuluwa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Sos własny (bez pieprzu) (l) 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                         | Brokuluwa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 40 g<br>Sos własny (bez soli i pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli) 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                        | Brokuluwa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Sos własny (bez pieprzu) (l) 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                 | Ogórkowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Sos własny (bez pieprzu) (l) 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                     | Ogórkowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Sos własny 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml | Brokuluwa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Sos własny (bez pieprzu) (l) 100 ml ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Seler z marchewką gotowany z natką z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                          | Brokuluwa z ziemniakami 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 90 g<br>Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                       |
|                   | PD        | Jabliko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Kisiel o smaku truskawkowym z jablikiem z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Jabliko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Jabliko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Kisiel o smaku pomarańczowym z jablikiem prażonym b/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                            | Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Salatka z pomidorów i koperku 100 g<br>Salata zielona 5 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Galaretką drobiowa z udzecem z kurczaka 100 g ( <b>SEL.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</b> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 75g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Galaretką drobiowa z udzecem z kurczaka 100 g ( <b>SEL.</b> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                   | Chleb Graham 90g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Galaretką drobiowa z udzecem z kurczaka 100 g ( <b>SEL.</b> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Galaretką drobiowa z udzecem z kurczaka 100 g ( <b>SEL.</b> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Banan 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                              |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Pieczycwo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <b>GLU,PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Salata zielona 5 g                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                                          | Pieczycwo chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 100ml, masło 5g) 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                   |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2188.98 kcal; Bialko ogółem: 81.70 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 344.43 g; W tym cukry: 80.11 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sól: 5.84 g;                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2029.99 kcal; Bialko ogółem: 39.97 g; Tłuszcz: 56.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 345.94 g; W tym cukry: 92.99 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 1.96 g;                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2231.01 kcal; Bialko ogółem: 90.48 g; Tłuszcz: 46.97 g; Kw. tł. nasy.: 20.00 g; Węglowodany ogółem: 372.30 g; W tym cukry: 100.77 g; Błonnik pok.: 21.70 g; Sól: 5.01 g;                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2008.09 kcal; Bialko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 54.66 g; Kw. tł. nasy.: 17.46 g; Węglowodany ogółem: 308.71 g; W tym cukry: 79.38 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 5.83 g;                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 1832.07 kcal; Bialko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 264.38 g; W tym cukry: 43.61 g; Błonnik pok.: 34.13 g; Sól: 6.01 g;                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 1758.19 kcal; Bialko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz: 48.04 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 261.97 g; W tym cukry: 40.60 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sól: 6.48 g;                                                                                                                                                        |

|                  |           | KRK- NAR IV Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KRK- NAR VI Z ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KRK- NAR VI A Z ogr.latw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łl.                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KRK- NAR VI B Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-18 środa | Śniadanie | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g ( <b>MLE</b> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Rukola 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml                                                                           | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                       | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                                                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                          | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOZ</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Rukola 10 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml                                     |
|                  | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jabłko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Ser żółty 25 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                  | Obiad     | Krem z dyni 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Grzanki pszenne () 10 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Sos bazyliowy (bez pieprzu)* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g ( <b>SEL</b> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml        | Krem z dyni 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Grzanki pszenne () 10 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron bezglutenowy 200 g<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos bazyliowy (bez pieprzu i soli)* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g ( <b>SEL</b> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml | Krem z dyni 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Grzanki pszenne () 10 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos bazyliowy (bez pieprzu)* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g ( <b>SEL</b> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml | Krem z dyni 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Grzanki pszenne () 10 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <b>SEL</b> )<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml               | Krem z dyni 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Grzanki pełnoziarniste () 10 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <b>SEL</b> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml | Krem z dyni 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Grzanki pszenne () 10 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos bazyliowy (bez pieprzu)* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g ( <b>SEL</b> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml  | Krem z dyni 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Grzanki pełnoziarniste () 10 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ</b> )<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <b>SEL</b> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml |
|                  | PD        | Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wafle ryżowe 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Fasolka szparagowa z wody* 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> )<br>Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100 g ( <b>MLE, SOZ</b> )<br>Sałata zielona 5 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                  | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 100 g ( <b>RYB, SEL</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml       | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 50 g ( <b>RYB, SEL</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Dżem 30 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                            | Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 100 g ( <b>RYB, SEL</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                             | Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 100 g ( <b>RYB, SEL</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml       | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 100 g ( <b>RYB, SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 100 g ( <b>RYB, SEL</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                         | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) 100 g ( <b>RYB, SEL</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Banan 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                               |
|                  | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata zielona 5 g                                                                                                                                                                                              | Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g                                                                                                                                                                                                                                   |
|                  |           | Wartość energetyczna: 2175.91 kcal; Białko ogółem: 83.66 g; Tłuszcz: 58.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 339.59 g; W tym cukry: 81.61 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 5.73 g;                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2058.04 kcal; Białko ogółem: 41.52 g; Tłuszcz: 62.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 337.38 g; W tym cukry: 84.96 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sól: 1.99 g;                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2210.85 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 52.41 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; Węglowodany ogółem: 357.36 g; W tym cukry: 97.28 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 4.63 g;                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2146.66 kcal; Białko ogółem: 89.45 g; Tłuszcz: 57.81 g; Kw. tł. nasy.: 15.32 g; Węglowodany ogółem: 331.57 g; W tym cukry: 84.74 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sól: 5.08 g;                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2010.42 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 58.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 280.90 g; W tym cukry: 44.25 g; Błonnik pok.: 40.16 g; Sól: 5.81 g;                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 1988.87 kcal; Białko ogółem: 93.63 g; Tłuszcz: 57.49 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 287.36 g; W tym cukry: 39.60 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 6.13 g;                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2032.04 kcal; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 83.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.10 g; Węglowodany ogółem: 231.43 g; W tym cukry: 65.32 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sól: 6.99 g;                                                                                                                                                                               |

|                     | KRK- NAR IV Latwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KRK- NAR VI Z ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KRK- NAR VI A Z ogr.latw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.tł.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KRK- NAR VI B Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-19 czwartek | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                                                                      | Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml                                                                                                                                                            | Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                                                                                                                          | Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb Graham 75g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                     | Chleb Graham 90g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                                                                                                                                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                                                                                               | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml                               |
|                     | II ŚN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Biskopity b/ml 30 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                     | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Ziemniaczana 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.</u> )<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Brokuł gotowany* 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                                           | Ziemniaczana (bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 40 g<br>Sos pomidorowy (bez soli i pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem (bez soli i pieprzu)* 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                            | Ziemniaczana 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem * 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                         | Ziemniaczana 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.</u> )<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Brokuł gotowany* 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                                   | Barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                        | Ziemniaczana 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem * 100 g<br>Marchew gotowana z olejem 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                                                              | Ziemniaczana 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 90 g<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem * 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml |
|                     | PD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Galeretka o smaku cytrynowym 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Mandarynka 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jabłko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 5 g<br>Surówka z marchwi b/c 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Koleja              | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 75g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g( <u>MLE</u> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 90g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g( <u>MLE</u> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka jarzynowa - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałatka jarzynowa 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Mandarynka 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| PN                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 5 g                                                                                                                                                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                                  | Pieczewo chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                     | Wartość energetyczna: 2253.71 kcal; Białko ogółem: 92.40 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 344.53 g; W tym cukry: 86.55 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sól: 7.77 g;                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 1968.26 kcal; Białko ogółem: 40.64 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 325.62 g; W tym cukry: 64.13 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sól: 2.50 g;                                                                                                                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna: 2276.76 kcal; Białko ogółem: 100.68 g; Tłuszcz: 50.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.03 g; Węglowodany ogółem: 366.51 g; W tym cukry: 71.27 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 6.90 g;                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2254.96 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 70.83 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 327.99 g; W tym cukry: 86.16 g; Błonnik pok.: 36.02 g; Sól: 7.49 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 1928.70 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 271.74 g; W tym cukry: 38.63 g; Błonnik pok.: 34.18 g; Sól: 8.03 g;                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 1824.29 kcal; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 49.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 274.56 g; W tym cukry: 40.60 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sól: 8.32 g;                                                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 1970.21 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 84.80 g; Kw. tł. nasy.: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 214.39 g; W tym cukry: 59.42 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sól: 7.36 g;                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

| KRK- NAR IV Łatwo strawna |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KRK- NAR VI Z ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | KRK- NAR VI A Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł. |  | KRK- NAR VI B Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż. |  |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------|--|
| 2026-02-20 piątek         | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )                                                                                 | Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Miód (25g) 1 szt<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml                                                                                              | Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )                                                                       | Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb Graham 75 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłko 150 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) | Chleb Graham 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )                                                                                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )                                                                                                                | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Necówka-wędłina średnio rozdrobniona, wp. pieczona 50 g ( <u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml |  |                                                            |  |                                                  |  |
|                           | II ŚN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym b/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 5 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                   |  |                                                            |  |                                                  |  |
|                           | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Bukiet jarzyn oprószone z olejem 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                          | Szpinakowa z zacierką (bez soli) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) (bez soli i pieprzu) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Sos koperkowy (bez pieprzu i soli) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Bukiet jarzyn oprószone z olejem 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml | Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Bukiet jarzyn oprószone z olejem 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                  | Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Bukiet jarzyn oprószone z olejem 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                               | Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml | Szpinakowa z zacierką 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Salata zielona z kefirem 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml | Szpinakowa z makaronem (bez glutenu) 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki gotowane 100 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ, RYB</u> )<br>Salata zielona z kefirem 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                         |  |                                                            |  |                                                  |  |
|                           | PD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wafle ryżowe 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser żółty 25 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                                            |  |                                                  |  |
| Kolacja                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                             | Chleb Graham 75 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                               | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki- dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Banan 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                                            |  |                                                  |  |
| PN                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Twaróg półtłusty 25 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Twaróg półtłusty 25 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                            | Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Twaróg półtłusty 25 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                                            |  |                                                  |  |
|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2275.05 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 72.08 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 329.92 g; W tym cukry: 96.22 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 6.32 g;                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2021.57 kcal; Białko ogółem: 39.70 g; Tłuszcz: 65.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 321.62 g; W tym cukry: 81.24 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sól: 1.67 g;                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2310.04 kcal; Białko ogółem: 98.33 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 364.16 g; W tym cukry: 99.08 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 4.97 g;                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2185.26 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 64.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; Węglowodany ogółem: 319.67 g; W tym cukry: 97.29 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 5.76 g;                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 1882.86 kcal; Białko ogółem: 89.36 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 256.59 g; W tym cukry: 51.74 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 5.37 g;                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 1725.85 kcal; Białko ogółem: 84.81 g; Tłuszcz: 52.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 236.59 g; W tym cukry: 33.30 g; Błonnik pok.: 19.50 g; Sól: 5.71 g;                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2056.23 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; Tłuszcz: 100.66 g; Kw. tł. nasy.: 41.26 g; Węglowodany ogółem: 206.35 g; W tym cukry: 57.77 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sól: 5.60 g;                                                                                                                                    |  |                                                            |  |                                                  |  |

|                   |           | KRK- NAR IV Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KRK- NAR VI Z ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | KRK- NAR VI A Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.tł.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KRK- NAR VI B Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-21 sobota | Śniadanie | Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g ( <b>GLU PSZ JAJ, SEL.</b> )<br>Pomidor b/śkórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                                                                                  | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 40 g ( <b>GLU PSZ JAJ, SEL.</b> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor b/śkórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml                                                                                                                                                                                                   | Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor b/śkórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                                  | Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z soczewicy czerwonej 80 g<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                                                                                                                                   | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z soczewicy czerwonej 80 g<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor b/śkórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                                                                                | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z soczewicy czerwonej 80 g<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Banan 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml                                                                                                                                                                            |
|                   | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Biskopity b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Sałata zielona 5 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                       |
|                   | Obiad     | Koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Buraczki gotowane drobno tarte 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                       | Koperkowa z ryżem (bez soli) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu i soli) 80 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Buraczki gotowane drobno tarte 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                       | Koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos jarzynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Buraczki gotowane drobno tarte 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                   | Koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Buraczki gotowane drobno tarte 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos jarzynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Surówka z marchwi i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                                             | Koperkowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos jarzynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Buraczki gotowane drobno tarte 100 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                         | Koperkowa z ryżem 200 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g<br>Buraczki gotowane drobno tarte b/c 100 g<br>Surówka z marchwi i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                                                                                      |
|                   | PD        | Banan 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Banan 100 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Banan 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                              |
|                   | Kolejka   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Jabłko 150 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 20 g                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Pieczynko chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2327.55 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 73.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 340.05 g; W tym cukry: 105.77 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 6.53 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2090.90 kcal; Białko ogółem: 46.88 g; Tłuszcz: 67.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 329.23 g; W tym cukry: 81.91 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 1.55 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 1993.87 kcal; Białko ogółem: 94.92 g; Tłuszcz: 47.36 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 307.74 g; W tym cukry: 89.33 g; Błonnik pok.: 17.38 g; Sól: 6.67 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2296.52 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 346.53 g; W tym cukry: 106.59 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 5.77 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2090.25 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 65.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 287.82 g; W tym cukry: 39.47 g; Błonnik pok.: 39.11 g; Sól: 7.23 g;                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 1766.20 kcal; Białko ogółem: 88.21 g; Tłuszcz: 49.40 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 254.98 g; W tym cukry: 44.32 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 8.00 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna: 2037.36 kcal; Białko ogółem: 95.54 g; Tłuszcz: 80.89 g; Kw. tł. nasy.: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 244.34 g; W tym cukry: 74.72 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 5.89 g;                                                                                                                                                                                                                             |

|                      |           | KRK- NAR IV Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | KRK- NAR VI Z ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KRK- NAR VI A Z ogr.latw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łl.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KRK- NAR VI B Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-22 niedziela | Śniadanie | Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                        | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 30 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml                                                                                                                                                           | Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )         | Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                               | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Papryka konserwowa 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Papryka konserwowa 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                                                                                             | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Papryka konserwowa 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml                                                                                                                 |
|                      | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wafle ryżowe 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wafle ryżowe 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                          |
|                      | Obiad     | Rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Udko gotowane 1szt. 210 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g ( <b>SEL</b> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                                      | Gryskowa (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Potrawka drobiowa (bez pieprzu i soli) 80 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g ( <b>SEL</b> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                         | Gryskowa 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g ( <b>SEL</b> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                 | Rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Udko gotowane 1szt. 210 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g ( <b>SEL</b> )                                                                                                                                                                                                                                             | Rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> )<br>Udko gotowane 1szt. 210 g<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g<br>Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                           | Rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> )<br>Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <b>SEL</b> )<br>Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                                                                                | Rosół z makaronem 200 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> )<br>Udko gotowane 1szt. 210 g<br>Ziemniaki gotowane 100 g<br>Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g<br>Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                                              |
|                      | PD        | Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata zielona 5 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <b>SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                               |
|                      | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</b> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Banan 100 g<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml |
|                      | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Sałata zielona 5 g                                                                                                                                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Sałata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                | Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Sałata zielona 5 g                                                                                                                                   |
|                      |           | Wartość energetyczna: 2543.13 kcal; Białko ogółem: 131.32 g; Tłuszcz: 94.18 g; Kw. tł. nasy.: 39.11 g; Węglowodany ogółem: 299.42 g; W tym cukry: 91.83 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 7.28 g;                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 1918.50 kcal; Białko ogółem: 36.95 g; Tłuszcz: 63.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 305.94 g; W tym cukry: 89.77 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 2.06 g;                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2036.43 kcal; Białko ogółem: 79.18 g; Tłuszcz: 43.17 g; Kw. tł. nasy.: 17.14 g; Węglowodany ogółem: 343.34 g; W tym cukry: 95.67 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 5.42 g;                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2426.99 kcal; Białko ogółem: 135.75 g; Tłuszcz: 85.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 289.10 g; W tym cukry: 92.50 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 6.81 g;                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2206.55 kcal; Białko ogółem: 126.05 g; Tłuszcz: 84.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 246.68 g; W tym cukry: 29.30 g; Błonnik pok.: 26.14 g; Sól: 6.80 g;                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 1847.53 kcal; Białko ogółem: 83.19 g; Tłuszcz: 49.71 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 278.02 g; W tym cukry: 47.57 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 6.79 g;                                                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2350.81 kcal; Białko ogółem: 137.52 g; Tłuszcz: 115.04 g; Kw. tł. nasy.: 46.56 g; Węglowodany ogółem: 203.56 g; W tym cukry: 53.59 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sól: 8.04 g;                                                                                                                                                                         |

|                         |           | KRK- NAR IV Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KRK- NAR VI Z ogr.łatw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | KRK- NAR VI A Z ogr.łatw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łł.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KRK- NAR VI B Z ogr.łatw.przys.węglow./Kob.cięż.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-23 poniedziałek | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor b/śkórki 50 g<br>Sałata strzępiasta czerwona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor b/śkórki 50 g<br>Sałata strzępiasta czerwona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor b/śkórki 50 g<br>Sałata strzępiasta czerwona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb Graham 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Sałata strzępiasta czerwona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Chleb Graham 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Sałata strzępiasta czerwona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor b/śkórki 50 g<br>Sałata strzępiasta czerwona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Sałata strzępiasta czerwona 10 g<br>Mandarynka 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml |
|                         | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jabłko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 5 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml             |
|                         | Obiad     | Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryz na sypko z tłuszczem 200 g<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Mus z jabłek ( ) z/c 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                              | Wielowarzynna z ziemniakami (bez soli) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryz na sypko z tłuszczem (bez soli) 200 g<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g ( <u>MLE</u> )<br>Mus z jabłek ( ) z/c 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                      | Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryz na sypko 200 g<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Mus z jabłek ( ) z/c 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryz na sypko z tłuszczem (brązowy) 200 g<br>Pulpet wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Marchew oprószana z olejem 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Surowka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml | Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryz na sypko 200 g<br>Pulpet wieprzowy (bez pieprzu) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Marchew oprószana z olejem 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem * 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                               | Wielowarzynna z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryz na sypko (brązowy) 100 g<br>Pulpet wieprzowy (bez glutenu i pieprzu) 90 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Surowka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem * 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                 |
|                         | PD        | Galaretko o smaku pomarańczowym z owocami 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Biskopity b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Galaretko o smaku pomarańczowym z owocami 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Mandarynka 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Marchew oprószana z olejem 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser żółty 25 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                     |
|                         | Kolejka   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor b/śkórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                                                                               | Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor b/śkórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                | Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor b/śkórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                                                                  | Chleb Graham 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu i papryki 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                                                                           | Chleb Graham 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu i papryki 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor b/śkórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml                                               | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                              |
|                         | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 5 g                                                                                                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                | Pieczewo chrupkie żytnie, kefir(pieczewo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                         |           | Wartość energetyczna: 2258.76 kcal; Białko ogółem: 71.33 g; Tłuszcz: 58.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 370.98 g; W tym cukry: 85.63 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 5.64 g;                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 1978.23 kcal; Białko ogółem: 31.12 g; Tłuszcz: 55.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 341.99 g; W tym cukry: 87.48 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 0.85 g;                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2271.51 kcal; Białko ogółem: 77.01 g; Tłuszcz: 43.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 401.23 g; W tym cukry: 107.51 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sól: 4.37 g;                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2070.91 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 51.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 344.81 g; W tym cukry: 92.89 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 5.98 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 1978.97 kcal; Białko ogółem: 85.44 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 285.37 g; W tym cukry: 54.24 g; Błonnik pok.: 37.54 g; Sól: 6.50 g;                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 1935.41 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 60.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 272.86 g; W tym cukry: 41.03 g; Błonnik pok.: 21.83 g; Sól: 6.37 g;                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2036.74 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 96.72 g; Kw. tł. nasy.: 43.03 g; Węglowodany ogółem: 199.81 g; W tym cukry: 47.72 g; Błonnik pok.: 19.64 g; Sól: 6.95 g;                                                                                                                                                                    |

|                   |           | KRK- NAR IV Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KRK- NAR VI Z ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KRK- NAR VI A Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.łl.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KRK- NAR VI B Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-24 Wtorek | Śniadanie | Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzową wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzową wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Miód (25g) 1 szt<br>Rukola 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml | Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzową wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzową wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzową wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzową wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka pieczona, łopatką wieprzową wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Rzodkiew biała 50 g<br>Rukola 10 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml |
|                   | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                               |
|                   | Obiad     | Solferino 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos ziołowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Buraczki gotowane 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                               | Solferino (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos ziołowy (bez pieprzu i soli) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Buraczki gotowane 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                | Solferino 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos ziołowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Buraczki gotowane 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                | Grochowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos ziołowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                              | Grochowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos ziołowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml | Solferino 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos ziołowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Buraczki gotowane 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                        | Solferino 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                  |
|                   | PD        | Drożdżówka mini 50g 50g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Banan 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Galaretką o smaku pomarańczowym z owocami (z brzoskwinia w syropie i bananem) 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Surówka z rzepy, jabłka i marchewki 200 g ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Surówka z rzepy, jabłka i marchewki 100 g ( <b>MLE.</b> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Sałata zielona 5 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                            |
|                   | Kolejka   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                                                                | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                             | Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                                                               | Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                                                               | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                  | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Banan 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                      |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Sałata zielona 5 g                                                                                                                                                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Sałata zielona 5 g                                                                                                                                   | Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Sałata zielona 5 g                                                                                                                                       |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2117.74 kcal; Białko ogółem: 83.42 g; Tłuszcz: 58.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; W tym cukry: 68.08 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sól: 7.43 g;                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 1983.72 kcal; Białko ogółem: 42.66 g; Tłuszcz: 47.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; Węglowodany ogółem: 352.90 g; W tym cukry: 102.46 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 2.08 g;                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2110.29 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 43.43 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; Węglowodany ogółem: 349.38 g; W tym cukry: 76.58 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 5.98 g;                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 2131.81 kcal; Białko ogółem: 94.10 g; Tłuszcz: 59.39 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; Węglowodany ogółem: 325.51 g; W tym cukry: 77.77 g; Błonnik pok.: 36.53 g; Sól: 7.51 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2073.38 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 61.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 303.22 g; W tym cukry: 28.32 g; Błonnik pok.: 42.44 g; Sól: 8.02 g;                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 1844.23 kcal; Białko ogółem: 81.77 g; Tłuszcz: 47.25 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 285.39 g; W tym cukry: 36.62 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 7.33 g;                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 1984.11 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 81.96 g; Kw. tł. nasy.: 32.77 g; Węglowodany ogółem: 220.33 g; W tym cukry: 58.34 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 7.59 g;                                                                                                                                                                               |

|                  |           | KRK- NAR IV Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | KRK- NAR VI Z ogr.łatw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KRK- NAR VI A Z ogr.łatw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łl.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KRK- NAR VI B Z ogr.łatw.przys.węglow./Kob.cięż.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-25 środa | Śniadanie | Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłka prażone b/c 150 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )                                           | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłka prażone b/c 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml                                                                                                                   | Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłka prażone b/c 150 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )                                           | Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Jabłka prażone b/c 150 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )                                                         | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłka prażone b/c 150 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )                                                                                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłka prażone b/c 150 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )                                                                                                           | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml                                         |
|                  | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Jabłko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Salata zielona 5 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                  | Obiad     | Grysikowa 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos bazyliowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml<br>Fasolka szparagowa z wody* 150 g                                                                                                                           | Grysikowa (bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka gotowany 40 g<br>Sos bazyliowy (bez soli) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml<br>Fasolka szparagowa z wody* 150 g                                                                                                                             | Grysikowa 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos bazyliowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                              | Grysikowa 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos bazyliowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                                                                     | Grysikowa 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos bazyliowy (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                         | Grysikowa 200 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane 100 g<br>Filet z kurczaka gotowany 90 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                  | PD        | Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Biskopity b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Dynia duszona z olejem* (bez pieprzu) 200 g ( <b>GLU PSZ</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml               |
|                  | Kolejka   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata lodowa 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Dżem 25 g<br>Salata lodowa 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata lodowa 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata lodowa 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata lodowa 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata lodowa 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata lodowa 10 g<br>Banan 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml |
| PN               |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> )<br>Salata zielona 5 g                                                                | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                   | Pieczynko chrupkie żytnie, kefir(pieczynko chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                  |           | Wartość energetyczna: 2125.15 kcal; Białko ogółem: 93.28 g; Tłuszcz: 55.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 328.86 g; W tym cukry: 68.32 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 6.51 g;                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 1827.69 kcal; Białko ogółem: 41.19 g; Tłuszcz: 56.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 298.91 g; W tym cukry: 62.95 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 1.49 g;                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2151.65 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 41.53 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 353.05 g; W tym cukry: 67.30 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sól: 5.41 g;                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 2009.00 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 46.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.79 g; Węglowodany ogółem: 318.54 g; W tym cukry: 68.99 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 6.03 g;                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 1913.09 kcal; Białko ogółem: 97.63 g; Tłuszcz: 58.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 270.65 g; W tym cukry: 31.00 g; Błonnik pok.: 35.51 g; Sól: 6.16 g;                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 1837.82 kcal; Białko ogółem: 90.90 g; Tłuszcz: 48.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 273.23 g; W tym cukry: 29.88 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sól: 6.65 g;                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 1745.20 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 72.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 187.85 g; W tym cukry: 53.64 g; Błonnik pok.: 15.67 g; Sól: 6.38 g;                                                                                                                                                                  |

|                     |           | KRK- NAR IV Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KRK- NAR VI Z ogr.łatw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KRK- NAR VI A Z ogr.łatw.przys.węglow.-łatwostr.z ogr.tł.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KRK- NAR VI B Z ogr.łatw.przys.węglow./Kob.cięż.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-26 czwartek | Śniadanie | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Mix салат 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )   | Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Mix салат 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml                                                                                                                               | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Mix салат 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )   | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb Graham 75 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Mix салат 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Chleb Graham 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Mix салат 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Mix салат 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                                                 | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Mix салат 10 g<br>Banan 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml                                       |
|                     | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Biskopky b/ml 30 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                           |
|                     | Obiad     | Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron z tłuszczem 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) (bez pieprzu) 150 g ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                 | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron bezglutenowy 200 g<br>Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) (bez pieprzu) 80 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany (bez soli)* 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                        | Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                           | Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) (bez pieprzu) 150 g ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                                       | Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty z tłuszczem 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Surówka wielowarzynna z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Marchew gotowana z olejem 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                                                                                      | Barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty 100 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Zrazik wieprzowy mielony (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Surówka wielowarzynna z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                 |
|                     | PD        | Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Biskopky b/ml 30 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> )<br>Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Jabłko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Surówka z marchwi b/c 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 5 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                  |
|                     | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ.</u> )<br>Dżem 25 g<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 75 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 70 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                              | Chleb Graham 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 70 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                                                       | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml |
| PN                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                              | Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                     |           | Wartość energetyczna: 2129.56 kcal; Białko ogółem: 83.95 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 298.33 g; W tym cukry: 68.23 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sól: 7.40 g;                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2038.83 kcal; Białko ogółem: 40.91 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.48 g; Węglowodany ogółem: 333.79 g; W tym cukry: 75.09 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sól: 1.46 g;                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2177.30 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 41.97 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 360.76 g; W tym cukry: 80.51 g; Błonnik pok.: 17.29 g; Sól: 6.05 g;                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2110.30 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 69.31 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; Węglowodany ogółem: 299.13 g; W tym cukry: 69.17 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 5.94 g;                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2095.16 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 68.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 292.68 g; W tym cukry: 50.24 g; Błonnik pok.: 34.31 g; Sól: 6.63 g;                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 1835.41 kcal; Białko ogółem: 95.18 g; Tłuszcz: 45.28 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 273.55 g; W tym cukry: 50.60 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 7.64 g;                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 1963.81 kcal; Białko ogółem: 104.00 g; Tłuszcz: 81.20 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 213.35 g; W tym cukry: 60.84 g; Błonnik pok.: 20.81 g; Sól: 6.66 g;                                                                                                                                                                           |

|            |           | KRK- NAR IV Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                     | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | KRK- NAR VI Z ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                              | KRK- NAR VI A Z ogr.latw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łl.                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KRK- NAR VI B Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-27 | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Roszponka 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 30 g ( <b>MLE</b> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Roszponka 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml                                                                                                         | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Roszponka 10 g<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> )<br>Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Roszponka 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                   | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Roszponka 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Roszponka 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                          | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Premium konsenwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOZ</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Roszponka 10 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml |
|            | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Maślanka 200 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                             | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> )<br>Salata zielona 5 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|            | Obiad     | Ryżowa 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g ( <b>RYB</b> )<br>Marchew z groszkiem *. 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                                                             | Ryżowa (bez soli) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 50 g ( <b>RYB</b> )<br>Marchew z groszkiem *. 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                       | Ryżowa 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g ( <b>RYB</b> )<br>Marchew z groszkiem *. 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Kalafiorowa z ryżem 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Ryba pieczona (Dorsz) 80 g ( <b>RYB</b> )<br>Surowka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g<br>Bukiet jarzyn oprószyany z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml      | Ryżowa 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Ryba pieczona (bez pieprzu) (Dorsz) 80 g ( <b>RYB</b> )<br>Sznajak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Bukiet jarzyn oprószyany z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                | Ryżowa 200 ml ( <b>MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane 150 g<br>Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <b>RYB</b> )<br>Surowka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g<br>Sznajak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                               |
|            | PD        | Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Warzywa po grecku (bez cukru) 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )                                                                                                                                                                                                                                | Warzywa po grecku (bez cukru) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|            | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                       | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z białek, twarogu z koperkiem 30 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml          | Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml            | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                                                    |
| PN         |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Twaróg półtłusty 25g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 20 g                                                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Twaróg półtłusty 25g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 20 g                                                                                                                                                                                | Pieczyczo chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                           |
|            |           | Wartość energetyczna: 2318.90 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 66.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 353.58 g; W tym cukry: 86.52 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 6.27 g;                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 1971.43 kcal; Białko ogółem: 41.46 g; Tłuszcz: 61.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 319.12 g; W tym cukry: 80.31 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 1.57 g;                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2372.90 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 51.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 389.78 g; W tym cukry: 108.86 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 4.94 g;                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2003.96 kcal; Białko ogółem: 92.15 g; Tłuszcz: 55.19 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 299.78 g; W tym cukry: 86.61 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 6.38 g;                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 1891.09 kcal; Białko ogółem: 89.15 g; Tłuszcz: 67.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 246.52 g; W tym cukry: 44.85 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sól: 7.00 g;                                                                                              | Wartość energetyczna: 1820.36 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 55.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 253.82 g; W tym cukry: 45.31 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 6.09 g;                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 1857.25 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 76.65 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 208.63 g; W tym cukry: 58.25 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 7.37 g;                                                                                                                                                  |

|                   |           | KRK- NAR IV Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KRK- NAR VI Z ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | KRK- NAR VI A Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.łl.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KRK- NAR VI B Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-28 sobota | Śniadanie | Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                              | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 30 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Rukola 10 g<br>Mus z jabłek () z/c 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml                                                                                                          | Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                              | Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                          | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Rukola 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                                                                                             | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Rukola 10 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml                                         |
|                   | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Wafle ryżowe 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Banan 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                |
|                   | Obiad     | Selerowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                | Selerowa z ziemniakami (bez soli) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem (bez soli) 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 80 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez soli i pieprzu) 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                       | Selerowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                                                                            | Selerowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                                                                                     | Selerowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 100 g<br>Marchew gotowana z olejem 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                 | Selerowa z ziemniakami 200 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 150 g ( <b>SEL.</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                   | PD        | Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Banan 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Galeетка o smaku cytrynowym 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Surówka z marchwi b/c 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Ser żółty 25 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 5 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                      |
|                   | Kolejka   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Salatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Salatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Salatka z ryżu i brokułów 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g ( <b>SEL.</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml |
| PN                |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 5 g                                                                                                                                                                                                              |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2163.59 kcal; Białko ogółem: 82.14 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 327.59 g; W tym cukry: 84.01 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 7.07 g;                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2089.72 kcal; Białko ogółem: 38.83 g; Tłuszcz: 62.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 349.15 g; W tym cukry: 89.06 g; Błonnik pok.: 29.09 g; Sól: 1.00 g;                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2233.49 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz: 51.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 373.15 g; W tym cukry: 106.00 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 5.60 g;                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2065.04 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 20.13 g; Węglowodany ogółem: 296.29 g; W tym cukry: 65.63 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 6.65 g;                                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 1893.61 kcal; Białko ogółem: 86.81 g; Tłuszcz: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 264.59 g; W tym cukry: 40.90 g; Błonnik pok.: 29.92 g; Sól: 7.59 g;                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 1912.89 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz: 62.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 273.85 g; W tym cukry: 45.59 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 7.08 g;                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 1816.30 kcal; Białko ogółem: 88.10 g; Tłuszcz: 82.16 g; Kw. tł. nasy.: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 199.04 g; W tym cukry: 43.37 g; Błonnik pok.: 19.31 g; Sól: 7.99 g;                                                                                                                                                                  |

|                      |           | KRK- NAR IV Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KRK- NAR IV B Z ograniczeniem białka                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KRK- NAR IV T Z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                            | KRK- NAR V O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | KRK- NAR VI Z ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.                                                                                                                                                                                                                                             | KRK- NAR VI A Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.łl.                                                                                                                                                                                                                                                                      | KRK- NAR VI B Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-01 niedziela | Śniadanie | Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Dżem 25 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml                                     | Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml                                               |
|                      | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Maślanka 200 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Salata zielona 5 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml                        |
|                      | Obiad     | Pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                               | Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Schab gotowany 40 g<br>Sos własny (bez pieprzu i soli) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor,brokuł)* 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                            | Pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 150 g<br>Kompotowocowy* z/c 300 ml                                                                | Pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g<br>Cukinia pieczona z olejem * 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                                                             | Pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g<br>Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g<br>Cukinia pieczona z olejem * 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml | Pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny (bez pieprzu) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki gotowane 200 g<br>Cukinia pieczona z olejem * 100 g<br>Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                         | Pomidorowa z makaronem 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki gotowane 100 g<br>Schab gotowany 90 g<br>Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g<br>Cukinia pieczona z olejem * 100 g<br>Kompotowocowy* b/c 300 ml                                                            |
|                      | PD        | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jabłko 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 200 g                                                                                                                                                                                                                                   | Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE</b> )<br>Jabłko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                   | Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 100 g<br>Chleb pełnoziarnisty 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 250 ml |
|                      | Kolejka   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                 | Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Jabłka prażone b/c 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                 | Chleb Graham 75 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa z/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                                 | Chleb Graham 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Papryka konserwowa 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml       | Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml        | Chleb pełnoziarnisty 45 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Banan 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z cytryną<br>Cateringowa b/c 300 ml<br>Woda mineralna niegazowana 250 ml                   |
|                      | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 25 g ( <b>SOJ</b> )<br>Pomidor 20 g                                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 25 g ( <b>SOJ</b> )<br>Pomidor b/skórki 20 g                                                                                                                                       | Pieczynko chrupkie żytnie, kefir(pieczynko chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                       |
|                      |           | Wartość energetyczna: 1930.63 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 50.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 290.58 g; W tym cukry: 73.38 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 5.97 g;                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 1860.40 kcal; Białko ogółem: 44.66 g; Tłuszcz: 57.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 297.32 g; W tym cukry: 74.65 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 1.89 g;                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 1992.68 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 34.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 330.19 g; W tym cukry: 82.85 g; Błonnik pok.: 18.02 g; Sól: 4.83 g;                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 1864.99 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz: 46.25 g; Kw. tł. nasy.: 13.34 g; Węglowodany ogółem: 283.74 g; W tym cukry: 76.56 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 5.42 g;                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 1985.25 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 69.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 246.61 g; W tym cukry: 41.99 g; Błonnik pok.: 32.20 g; Sól: 7.85 g;                                                                                            | Wartość energetyczna: 1760.99 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 44.68 g; Kw. tł. nasy.: 17.20 g; Węglowodany ogółem: 250.00 g; W tym cukry: 49.44 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sól: 6.67 g;                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 1969.53 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 86.21 g; Kw. tł. nasy.: 40.37 g; Węglowodany ogółem: 201.17 g; W tym cukry: 66.53 g; Błonnik pok.: 18.39 g; Sól: 6.63 g;                                                                                             |

### **Oznaczenia alergenów:**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,  
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 zawierające 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 ogółem wg rozp. 1169/2011,  
Tłuszcz - Tłuszcz,  
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,  
- 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,