

2026-03-02 poniedziałek		KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łl.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 g 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>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Banan 100 g Salata zielona 10 g
	II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml			Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g
	Obiad	Brokulowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)	Brokulowa z ryżem (bez soli) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez soli i pieprzu) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem (bez soli) 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Brokulowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (<u>MLE</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Brokulowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* z/c 300 ml Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)	Brokulowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* b/c 300 ml Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)	Brokulowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Kukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)	Brokulowa z ryżem 200 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Kukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD					Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Surówka z marchwi b/c 100 g (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba (dorsz) po grecku (bez pieprzu) () 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Jabłko 150 g Pomidor 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2305.72 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 69.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 345.85 g; W tym cukry: 74.93 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 1914.37 kcal; Białko ogółem: 38.83 g; Tłuszcz: 64.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 310.68 g; W tym cukry: 91.80 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 1.40 g;	Wartość energetyczna: 2128.64 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 45.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; Węglowodany ogółem: 353.42 g; W tym cukry: 106.35 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2060.19 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 55.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 324.75 g; W tym cukry: 85.87 g; Błonnik pok.: 29.53 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 1814.83 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz: 59.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 257.62 g; W tym cukry: 41.52 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 1726.32 kcal; Białko ogółem: 84.01 g; Tłuszcz: 50.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.60 g; Węglowodany ogółem: 251.93 g; W tym cukry: 41.10 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 1964.70 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 82.66 g; Kw. tł. nasy.: 37.12 g; Węglowodany ogółem: 213.77 g; W tym cukry: 59.12 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sól: 6.16 g;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.łatw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.łatw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łt.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.łatw.przys.węglow./Kob.cięż.	
2026-03-03 wtorek	Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Mus z jabłek () z/c 50 g Salata zielona 10 g	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ,</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Ogórek kiszony 70 g Jabłko 150 g Salata zielona 10 g
	II ŚN		Chleb bezglutenowy 50 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g	Jabłko pieczone 150 g		Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 20 g	
	Obiad	Solferino 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SEL.</u>) Makaron z tłuszczem 200 g (<u>GLU PSZ,</u> Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ,</u> Drynja duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (<u>GLU PSZ,</u> Kompotowocowy* z/c 300 ml	Solferino (bez soli) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 50 g Sos szpinakowy* (bez pieprzu i soli) 100 ml (<u>GLU PSZ,</u> Drynja duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (<u>GLU PSZ,</u> Drynja duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (<u>GLU PSZ,</u> Kompotowocowy* z/c 300 ml	Solferino 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u> Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ,</u> Drynja duszona z olejem (bez pieprzu)* 150 g (<u>GLU PSZ,</u> Salata zielona z kefirem 50 g (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Solferino 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u> Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ,</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Makaron z tłuszczem 200 g (<u>GLU PSZ,</u> Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u> Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Drynja duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u> Kompotowocowy* b/c 300 ml	Solferino 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u> Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos szpinakowy* (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ,</u> Drynja duszona z olejem (bez pieprzu)* 100 g (<u>GLU PSZ,</u> Salata zielona z kefirem 50 g (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Solferino 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ,</u> Szynka wieprzowa gotowana 90 g Drynja duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u> Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD					Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 20 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g	
	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udczem z kurczaka 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udczem z kurczaka 50 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Dżem 30 g Roszponka 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowa z udczem z kurczaka 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Roszponka 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ,</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Roszponka 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Banan 100 g Roszponka 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Jabłko 150 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Jabłko 150 g	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 25g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Pieczewo chrupkie żytnie, kefir (pieczewo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło5g) 250 g (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2106.48 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 59.54 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; Węglowodany ogółem: 319.02 g; W tym cukry: 79.21 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2136.32 kcal; Białko ogółem: 44.28 g; Tłuszcz: 66.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 354.75 g; W tym cukry: 94.65 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 1.34 g;	Wartość energetyczna: 2059.74 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 40.27 g; Kw. tł. nasy.: 16.90 g; Węglowodany ogółem: 337.87 g; W tym cukry: 95.69 g; Błonnik pok.: 20.85 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 1972.91 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 55.22 g; Kw. tł. nasy.: 17.09 g; Węglowodany ogółem: 299.95 g; W tym cukry: 74.29 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 1973.67 kcal; Białko ogółem: 99.09 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 280.54 g; W tym cukry: 40.44 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 1818.38 kcal; Białko ogółem: 94.70 g; Tłuszcz: 44.66 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 273.10 g; W tym cukry: 43.19 g; Błonnik pok.: 18.31 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 1949.10 kcal; Białko ogółem: 105.65 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 231.10 g; W tym cukry: 63.54 g; Błonnik pok.: 19.38 g; Sól: 6.53 g;	

		KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.łatw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.łatw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łl.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.łatw.przys.węglow./Kob.ciąż.
2026-03-04 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Dżem 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homo. naturalny 40 g (MLE) Jabłka prażone b/c 100 g Rukola 10 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Dżem 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 75 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor b/skórki 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 50 g Mandarynka 150 g Rukola 10 g
	II ŚN		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Galaretko o smaku truskawkowym 150 g		Mandarynka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g
	Obiad	Grysiwka 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane-drobno tarte 150 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Grysiwka (bez soli) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (bez soli) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez soli i pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane-drobno tarte (bez soli) 150 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Grysiwka 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane-drobno tarte 150 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kalafior gotowany* 100 g Buraczki podprawiane-drobno tarte (bez cukru) 150 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kalafior gotowany* 100 g Buraczki podprawiane-drobno tarte (bez cukru) 100 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Grysiwka 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki podprawiane-drobno tarte (bez cukru) 100 g (GLU PSZ.) Kalafior gotowany* 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Kalafior gotowany* 100 g Buraczki podprawiane-drobno tarte (bez cukru) 100 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD					Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 20 g Brokul gotowany* 100 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 40 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Salata zielona 10 g Dżem 50 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 75 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Salata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Salata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Banan 100 g Pomidorki koktajlowe 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.)	Wafle ryżowe 30 g	Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2251.36 kcal; Białko ogółem: 87.59 g; Tłuszcz: 66.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 343.34 g; W tym cukry: 99.02 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 1877.41 kcal; Białko ogółem: 39.46 g; Tłuszcz: 51.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 330.33 g; W tym cukry: 75.46 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 0.79 g;	Wartość energetyczna: 2190.20 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 47.31 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 362.47 g; W tym cukry: 100.19 g; Błonnik pok.: 17.36 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2229.00 kcal; Białko ogółem: 98.76 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 347.90 g; W tym cukry: 81.96 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2104.05 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 313.04 g; W tym cukry: 54.65 g; Błonnik pok.: 35.04 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 1799.97 kcal; Białko ogółem: 80.49 g; Tłuszcz: 48.70 g; Kw. tł. nasy.: 17.91 g; Węglowodany ogółem: 277.83 g; W tym cukry: 52.76 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 2191.64 kcal; Białko ogółem: 113.92 g; Tłuszcz: 87.91 g; Kw. tł. nasy.: 39.43 g; Węglowodany ogółem: 254.07 g; W tym cukry: 61.17 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 6.82 g;

		KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łl.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
2026-03-05 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 75 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 90 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Sałata zielona 10 g Banan 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 50 g
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g			Maślanka 200 ml (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	
	Obiad	Ziemniaczana 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami 350 g (SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana (bez soli) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Budyń z wieprzowiny (bez pieprzu) 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez soli i pieprzu) 100 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Budyń z wieprzowiny (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ) Surówka z marchwi i selera b/c 150 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami 350 g (SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka z marchwi i selera b/c 150 g (MLE, SEL.) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami 350 g (SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka z marchwi i selera b/c 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Budyń z wieprzowiny (bez pieprzu) 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 80 g (JAJ.) Marchew gotowana z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD					Jabłko pieczone 150 g Twaróg półtłusty 25 g (MLE)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 50 g Surówka z rzodkwi, marchwi i jabłka z olejem () 100 g	
	Kolejka	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 25 g (MLE) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mandarynka 150 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN		Banan 200 g			Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 20 g	Pieczynko chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt (MLE)
		Wartość energetyczna: 2343.16 kcal; Białko ogółem: 89.18 g; Tłuszcz: 68.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 360.31 g; W tym cukry: 95.88 g; Błonnik pok.: 25.74 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2187.80 kcal; Białko ogółem: 42.47 g; Tłuszcz: 59.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 385.69 g; W tym cukry: 99.44 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sól: 1.24 g;	Wartość energetyczna: 2292.36 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 49.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.54 g; Węglowodany ogółem: 383.34 g; W tym cukry: 109.56 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sól: 5.26 g;	Wartość energetyczna: 2255.82 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 62.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 357.09 g; W tym cukry: 98.68 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 2191.37 kcal; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 65.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 323.38 g; W tym cukry: 58.00 g; Błonnik pok.: 36.42 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2019.41 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 53.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 308.09 g; W tym cukry: 53.29 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2071.36 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 87.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 228.49 g; W tym cukry: 71.68 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sól: 5.41 g;

		KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.łatw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.łatw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łl.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.łatw.przys.węglow./Kob.ciąż.
2026-03-06 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Roszponka 10 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Miód (25g) 1 szt Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Miód (25g) 1 szt Roszponka 10 g 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>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Roszponka 10 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Jabłko 150 g 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Roszponka 10 g
	II SN		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Galeretka o smaku pomarańczowym z owocami 150 g		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	
	Obiad	Dyniowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Szpinał gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane (bez soli) 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Szpinał gotowany z olejem (bez soli)* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Surowka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Szpinał gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Szpinał gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Szpinał gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Pulpet rybny (Dorsz) (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, RYB.</u>) Szpinał gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD					Warzywa po grecku 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Warzywa po grecku (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	
	Kolacja	Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 30 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Dzerm 25 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml Pomidor 50 g Salata zielona 10 g	Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 45 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Jabłko 150 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Salata zielona 5 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Salata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2346.15 kcal; Białko ogółem: 88.44 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 364.43 g; W tym cukry: 97.42 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 1987.98 kcal; Białko ogółem: 42.30 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 342.40 g; W tym cukry: 87.25 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 1.46 g;	Wartość energetyczna: 2445.12 kcal; Białko ogółem: 102.99 g; Tłuszcz: 55.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 396.33 g; W tym cukry: 105.68 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sól: 5.12 g;	Wartość energetyczna: 2337.98 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 64.04 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; Węglowodany ogółem: 366.81 g; W tym cukry: 106.48 g; Błonnik pok.: 29.14 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2018.41 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 68.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 286.97 g; W tym cukry: 51.81 g; Błonnik pok.: 36.80 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 1966.60 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 61.49 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; Węglowodany ogółem: 284.12 g; W tym cukry: 51.19 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 1991.91 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 89.66 g; Kw. tł. nasy.: 39.82 g; Węglowodany ogółem: 209.39 g; W tym cukry: 54.20 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sól: 6.76 g;

		KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.łatw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.łatw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łtł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.łatw.przys.węglow./Kob.cięż.
2026-03-07 sobota	Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Salata strzępiasta czerwona 10 g Pomidor b/śkórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE) Mus z jabłek (i) z/c 50 g Salata strzępiasta czerwona 10 g	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Salata strzępiasta czerwona 10 g Pomidor b/śkórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Chleb Graham 75 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Rzodkiew biała 50 g Salata strzępiasta czerwona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Rzodkiew biała 50 g Salata strzępiasta czerwona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Salata strzępiasta czerwona 10 g Pomidor b/śkórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol.kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Rzodkiew biała 50 g Banan 100 g Salata strzępiasta czerwona 10 g
	II ŚN		Wafle ryżowe 20 g			Kefir 2% tł 200 ml (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem (bez soli) 200 g (GLU JECZ.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu i soli) 80 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos jarzynowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g (GLU JECZ.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos jarzynowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (bez pieprzu) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami 200 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JECZ.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD					Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem b/c 150 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Salata zielona 10 g Salatka z pomidorów z cebulką i olejem 100 g
	Kolacja	Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem 70 g (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem 70 g (SEL.) Salata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem 70 g (SEL.) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb Graham 75 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem 70 g (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Jabłko 150 g Pomidor 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
PN		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				Pieczycwo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 25 g (MLE) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 25 g (MLE) Salata zielona 5 g	Pieczycwo chrupkie żytnie,kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło) 1 szt (MLE)
		Wartość energetyczna: 2230.84 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 79.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 316.13 g; W tym cukry: 78.64 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2025.71 kcal; Białko ogółem: 41.21 g; Tłuszcz: 76.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; W tym cukry: 66.79 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 1.46 g;	Wartość energetyczna: 2053.63 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 49.15 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; Węglowodany ogółem: 329.59 g; W tym cukry: 81.71 g; Błonnik pok.: 23.80 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2036.79 kcal; Białko ogółem: 86.42 g; Tłuszcz: 65.66 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 301.14 g; W tym cukry: 75.55 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 1997.63 kcal; Białko ogółem: 93.47 g; Tłuszcz: 73.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 269.97 g; W tym cukry: 34.29 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 1770.51 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz: 50.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.22 g; Węglowodany ogółem: 261.23 g; W tym cukry: 36.10 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 1960.81 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz: 87.87 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 209.39 g; W tym cukry: 67.47 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sól: 5.88 g;

		KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.łatw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.łatw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łl.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.łatw.przys.węglow./Kob.cięż.
2026-03-08 niedziela	Śniadanie	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Miod 1 szt Sałata zielona 10 g	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, GOR.</u>) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, GOR.</u>) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka dębowa łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, GOR.</u>) Papryka świeża 50 g Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g
	II ŚN		Chleb bezglutenowy 50 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g	Jabłko pieczone 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g	
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ryżowa (bez soli) 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Potrawka drobiowa 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany (bez soli)* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surowka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surowka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Dynamia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynamia duszona z olejem (bez pieprzu)* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surowka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Dynamia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD					Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Brokuł gotowany* 100 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Banan 100 g Pomidor 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)	Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL.</u>)			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 20 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 20 g
		Wartość energetyczna: 2470.44 kcal; Białko ogółem: 120.35 g; Tłuszcz: 95.90 g; Kw. tł. nasy.: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 297.27 g; W tym cukry: 62.59 g; Błonnik pok.: 19.06 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 1948.79 kcal; Białko ogółem: 35.73 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 31.91 g; Węglowodany ogółem: 307.24 g; W tym cukry: 70.93 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 1856.52 kcal; Białko ogółem: 77.92 g; Tłuszcz: 43.40 g; Kw. tł. nasy.: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 304.63 g; W tym cukry: 90.56 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2299.05 kcal; Białko ogółem: 121.26 g; Tłuszcz: 88.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 276.17 g; W tym cukry: 80.00 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 9.76 g;	Wartość energetyczna: 2324.48 kcal; Białko ogółem: 130.44 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 256.90 g; W tym cukry: 51.86 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 1793.61 kcal; Białko ogółem: 84.18 g; Tłuszcz: 53.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 260.23 g; W tym cukry: 49.93 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2327.86 kcal; Białko ogółem: 132.89 g; Tłuszcz: 109.09 g; Kw. tł. nasy.: 40.54 g; Węglowodany ogółem: 213.01 g; W tym cukry: 62.86 g; Błonnik pok.: 19.13 g; Sól: 7.23 g;

2026-03-09 poniedziałek	Śniadanie	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-latwostr.z ogr.łl.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
		Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g 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>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Jabłko 150 g Pomidor 50 g
			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g
		Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z tłuszczem 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym z/c 100 ml (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym z/c 100 ml (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym z/c 100 ml (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym z/c 100 ml (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z tłuszczem 200 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (<u>SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 100 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml
						Surówka z marchwi b/c 200 g (<u>MLE</u>)	Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Surówka z marchwi b/c 100 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g
		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Pomidor 50 g Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 50 g Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Banan 100 g Salata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Drożdżówka mini 50g 50g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Banan 200 g	Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Salata zielona 5 g	Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Salata zielona 5 g	Pieczynko chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt (<u>MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2341.89 kcal; Białko ogółem: 75.42 g; Tłuszcz: 62.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 381.69 g; W tym cukry: 91.18 g; Błonnik pok.: 20.30 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2032.86 kcal; Białko ogółem: 36.49 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 366.99 g; W tym cukry: 131.43 g; Błonnik pok.: 20.73 g; Sól: 1.29 g;	Wartość energetyczna: 2245.09 kcal; Białko ogółem: 84.40 g; Tłuszcz: 46.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 385.72 g; W tym cukry: 106.52 g; Błonnik pok.: 17.30 g; Sól: 4.74 g;	Wartość energetyczna: 2276.53 kcal; Białko ogółem: 80.77 g; Tłuszcz: 52.01 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 399.58 g; W tym cukry: 131.38 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 5.29 g;	Wartość energetyczna: 1988.95 kcal; Białko ogółem: 90.77 g; Tłuszcz: 63.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 296.11 g; W tym cukry: 40.41 g; Błonnik pok.: 38.17 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 1909.68 kcal; Białko ogółem: 81.61 g; Tłuszcz: 55.29 g; Kw. tł. nasy.: 17.63 g; Węglowodany ogółem: 293.16 g; W tym cukry: 46.23 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 1988.04 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 90.08 g; Kw. tł. nasy.: 40.28 g; Węglowodany ogółem: 212.04 g; W tym cukry: 73.22 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 5.50 g;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.łatw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.łatw.przys.węglow.-łatwostr.z ogr.łł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.łatw.przys.węglow./Kob.ciąż.
Śniadanie	Kefir 2% tł. 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Rukola 10 g Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rukola 10 g Mus z jabłek () z/c 50 g Pomidor b/skórki 50 g	Kefir 2% tł. 200 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Rukola 10 g Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kefir 2% tł. 200 ml (MLE) Chleb Graham 75 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Rukola 10 g Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Rukola 10 g Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Rukola 10 g Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Rukola 10 g Banana 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Papryka świeża 50 g
II ŚN		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g
Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pieczeń ryńska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kompotowocowy* z/c 300 ml Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.)	Jarzynowa z zacierką dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pieczeń ryńska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g Kompotowocowy* z/c 300 ml Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.)	Jarzynowa z zacierką dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kompotowocowy* z/c 300 ml Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.)	Jarzynowa z zacierką dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń ryńska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem 150 g (SEL.) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką -podstawa 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pieczeń ryńska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL.) Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką -podstawa 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 100 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 90 g (JAJ.) Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml
PD					Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g
Koleja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Pomidor b/skórki 50 g Dżem 25 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 75 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Rzodkiew biała 70 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Rzodkiew biała 70 g Sałata lodowa 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata lodowa 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Jabłko 150 g Sałata lodowa 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
PN	Banana 200 g	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Banana 200 g		Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 5 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2205.96 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz: 71.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.70 g; Węglowodany ogółem: 333.32 g; W tym cukry: 99.12 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 1992.76 kcal; Białko ogółem: 44.65 g; Tłuszcz: 69.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 315.90 g; W tym cukry: 78.69 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 2.47 g;	Wartość energetyczna: 2026.94 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 39.51 g; Kw. tł. nasy.: 17.10 g; Węglowodany ogółem: 346.01 g; W tym cukry: 120.89 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sól: 5.83 g;	Wartość energetyczna: 2029.46 kcal; Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.26 g; Węglowodany ogółem: 329.29 g; W tym cukry: 104.83 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2025.16 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz: 68.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.50 g; Węglowodany ogółem: 295.82 g; W tym cukry: 36.44 g; Błonnik pok.: 31.65 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 1629.23 kcal; Białko ogółem: 86.19 g; Tłuszcz: 40.08 g; Kw. tł. nasy.: 15.19 g; Węglowodany ogółem: 252.80 g; W tym cukry: 32.52 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2113.14 kcal; Białko ogółem: 114.31 g; Tłuszcz: 103.44 g; Kw. tł. nasy.: 42.22 g; Węglowodany ogółem: 199.32 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 18.58 g; Sól: 7.54 g;

		KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łl.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
2026-03-11 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłka prażone b/c 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Jabłka prażone b/c 70 g Sałata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłka prażone b/c 70 g Sałata zielona 10 g 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>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłka prażone b/c 70 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g
	II ŚN		Galeretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE</u>)			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g	
	Obiad	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana (bez soli) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem (bez soli) 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez soli i pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem (bez soli i pieprzu)* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko z tłuszczem 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	
	PD					Mandarynka 150 g Twarożek 50 g (<u>MLE</u>)	Jabłko pieczone 150 g Twarożek 50 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR.</u>) Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g
	Koleja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Dżem 40 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Mandarynka 150 g Pomidor 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor 20 g	Pieczynko chrupkie żytnie,kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml,masło 5g) 1 szt (<u>MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2228.69 kcal; Białko ogółem: 92.20 g; Tłuszcz: 61.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 346.49 g; W tym cukry: 80.03 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2037.91 kcal; Białko ogółem: 43.71 g; Tłuszcz: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 332.77 g; W tym cukry: 59.40 g; Błonnik pok.: 22.22 g; Sól: 0.95 g;	Wartość energetyczna: 2285.64 kcal; Białko ogółem: 102.06 g; Tłuszcz: 50.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; Węglowodany ogółem: 371.07 g; W tym cukry: 84.47 g; Błonnik pok.: 20.08 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 2158.27 kcal; Białko ogółem: 97.50 g; Tłuszcz: 53.99 g; Kw. tł. nasy.: 16.83 g; Węglowodany ogółem: 348.07 g; W tym cukry: 86.31 g; Błonnik pok.: 29.50 g; Sól: 5.70 g;	Wartość energetyczna: 1921.38 kcal; Białko ogółem: 103.97 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 278.87 g; W tym cukry: 40.81 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 1888.13 kcal; Białko ogółem: 96.51 g; Tłuszcz: 52.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; Węglowodany ogółem: 275.05 g; W tym cukry: 43.98 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 1846.93 kcal; Białko ogółem: 103.64 g; Tłuszcz: 74.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 200.58 g; W tym cukry: 59.05 g; Błonnik pok.: 18.43 g; Sól: 5.71 g;

2026-03-12 czwartek	Śniadanie	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.latw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.latw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.tł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.latw.przys.węglow./Kob.cięż.
		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Mus z jabłek () z/c 50 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Mix салат 10 g 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomarańcza 150 g Pomidor 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomarańcza 150 g Pomidor 50 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
	II ŚN		Wafle ryżowe 30 g	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>)		Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z tłuszczem 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez soli) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Sos boloński -dieta (bez soli) 80 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor,brokuł) (bez soli)* 200 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml		Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z tłuszczem 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Budyń z wieporzowiny 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Budyń z wieporzowiny (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ,</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 100 g Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD					Pomarańcza 150 g	Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafor, brokuł)* 200 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Dżem 25 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
PN		Jabłko pieczone 150 g			Pomarańcza 150 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Salata zielona 5 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Salata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2080.82 kcal; Białko ogółem: 83.20 g; Tłuszcz: 60.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.31 g; Węglowodany ogółem: 320.35 g; W tym cukry: 69.94 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 1890.04 kcal; Białko ogółem: 41.23 g; Tłuszcz: 54.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 324.33 g; W tym cukry: 73.56 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 1.17 g;	Wartość energetyczna: 2031.82 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 49.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.63 g; Węglowodany ogółem: 317.56 g; W tym cukry: 80.48 g; Błonnik pok.: 21.50 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 1910.92 kcal; Białko ogółem: 87.14 g; Tłuszcz: 52.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 297.04 g; W tym cukry: 67.62 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 1983.09 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.18 g; Węglowodany ogółem: 293.42 g; W tym cukry: 46.03 g; Błonnik pok.: 29.20 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 1892.19 kcal; Białko ogółem: 94.48 g; Tłuszcz: 51.13 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 283.39 g; W tym cukry: 41.33 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 1931.35 kcal; Białko ogółem: 108.62 g; Tłuszcz: 78.53 g; Kw. tł. nasy.: 35.03 g; Węglowodany ogółem: 210.69 g; W tym cukry: 53.33 g; Błonnik pok.: 22.89 g; Sól: 4.96 g;

		KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.łatw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.łatw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łł.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.łatw.przys.węglow./Kob.ciąż.
2026-03-13 piątek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Dżem 50 g Sałata zielona 10 g Banan 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Dżem 50 g Sałata zielona 10 g Banan 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Dżem 50 g Sałata zielona 10 g Banan 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 75 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Powidła śliwkowe 50 g Sałata zielona 10 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Sałata zielona 10 g Jabłko 150 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
	II ŚN		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny (bez soli) 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez pieprzu) 50 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez pieprzu) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (RYB.) Surowka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 80 g (RYB.) Surowka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) (bez pieprzu) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez pieprzu) 100 g (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny 200 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane 100 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB.) Surowka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Marchew oprószana z olejem 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 300 ml
	PD					Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor 50 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 20 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Dżem 30 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 75 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 20 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Banan 100 g Szynka pieczona, łopatką wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 20 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Woda mineralna niegazowana 250 ml
PN		Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt		Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 25 g (MLE) Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 25 g (MLE) Pomidor 20 g	Pieczynko chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt (MLE)
		Wartość energetyczna: 2378.46 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 31.24 g; Węglowodany ogółem: 368.51 g; W tym cukry: 119.79 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2005.45 kcal; Białko ogółem: 37.42 g; Tłuszcz: 62.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 338.99 g; W tym cukry: 114.26 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 1.59 g;	Wartość energetyczna: 2381.96 kcal; Białko ogółem: 97.70 g; Tłuszcz: 55.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 386.89 g; W tym cukry: 141.43 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2268.84 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 20.68 g; Węglowodany ogółem: 343.33 g; W tym cukry: 112.20 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 1850.49 kcal; Białko ogółem: 88.95 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 254.70 g; W tym cukry: 36.43 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 1783.66 kcal; Białko ogółem: 85.64 g; Tłuszcz: 55.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 252.28 g; W tym cukry: 38.10 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 5.83 g;	Wartość energetyczna: 1894.78 kcal; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 79.81 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 209.67 g; W tym cukry: 69.12 g; Błonnik pok.: 20.47 g; Sól: 5.86 g;

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.łatw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.łatw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łt.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.łatw.przys.węglow./Kob.cięż.	
2026-03-14 sobota	Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rozszponka 10 g Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE) Rozszponka 10 g Dżem 25 g Pomidor b/skórki 50 g	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rozszponka 10 g Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Chleb Graham 75 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rozszponka 10 g Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rozszponka 10 g Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Rozszponka 10 g Jabłko 150 g Ogórek kiszony 50 g	
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g			Kefir 2% tł 200 ml (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 50 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko z tłuszczem 200 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone 150 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko z tłuszczem (bez soli) 200 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu i soli) () 80 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone (bez soli) 100 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone 150 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone 150 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko z tłuszczem 200 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi b/c 100 g (MLE) Buraczki oprószone 100 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone 100 g (GLU PSZ) Surówka z marchwi b/c 100 g (MLE) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 100 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi b/c 100 g (MLE) Buraczki oprószone 100 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 300 ml
PD					Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka dębowa/łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka dębowa/łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka dębowa/łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 75 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynka dębowa/łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka dębowa/łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka dębowa/łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka dębowa/łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.) Banan 100 g Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g (SEL.)	
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt				Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 25g (MLE) Sałata zielona 5g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 25g (MLE) Pomidor 20 g	Chleb pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 25 g (MLE) Sałata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2119.40 kcal; Białko ogółem: 76.56 g; Tłuszcz: 63.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 328.35 g; W tym cukry: 83.79 g; Błonnik pok.: 21.77 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 1887.94 kcal; Białko ogółem: 37.10 g; Tłuszcz: 60.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; Węglowodany ogółem: 311.13 g; W tym cukry: 87.19 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 1.99 g;	Wartość energetyczna: 2141.60 kcal; Białko ogółem: 82.69 g; Tłuszcz: 53.88 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; Węglowodany ogółem: 346.23 g; W tym cukry: 100.68 g; Błonnik pok.: 21.77 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 1963.46 kcal; Białko ogółem: 75.88 g; Tłuszcz: 54.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 313.56 g; W tym cukry: 80.20 g; Błonnik pok.: 22.97 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 1937.66 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 58.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 293.51 g; W tym cukry: 51.42 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 1999.76 kcal; Białko ogółem: 84.17 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 297.25 g; W tym cukry: 56.98 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2058.32 kcal; Białko ogółem: 88.10 g; Tłuszcz: 88.08 g; Kw. tł. nasy.: 39.54 g; Węglowodany ogółem: 244.11 g; W tym cukry: 67.61 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 8.53 g;	

	KRK- NAR IV D02 Łatwo strawna	KRK- NAR IVB D08 Niskobiałkowa	KRK- NAR IVT D05 Z ograniczeniem tłuszczu	KRK- NAR V D03/M O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	KRK- NAR VI D03 ogr.łatw.przys.węglow.-podstaw.	KRK- NAR VIA D03/D02 Z ogr.łatw.przysw.węglow.-łatwostr.z ogr.łt.	KRK- NAR VIB C03 Z ogr.łatw.przys.węglow./Kob.cięż.	
2026-03-15 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Miód (25g) 1 szt Dżem 40 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 70 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g Jabłko 150 g
	II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g		Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny (i) (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką (bez soli) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta (bez pieprzu) 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny (i) (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny (i) (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompotowocowy* z/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny (i) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny (i) (bez pieprzu) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Schab gotowany 90 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* b/c 300 ml
	PD				Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g	Jabłko pieczone 150 g Twarożek 50 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Jabłko prażone b/c 100 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb pełnoziarnisty 45 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Banan 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Jabłko 150 g	Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 20 g	Pieczynko chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt (<u>MLE</u>)		
	Wartość energetyczna: 2188.00 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 57.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 337.82 g; W tym cukry: 59.22 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2045.53 kcal; Białko ogółem: 41.47 g; Tłuszcz: 59.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 349.30 g; W tym cukry: 103.72 g; Błonnik pok.: 22.52 g; Sól: 1.29 g;	Wartość energetyczna: 2024.77 kcal; Białko ogółem: 104.92 g; Tłuszcz: 38.80 g; Kw. tł. nasy.: 17.29 g; Węglowodany ogółem: 326.63 g; W tym cukry: 74.22 g; Błonnik pok.: 17.18 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 1671.89 kcal; Białko ogółem: 85.57 g; Tłuszcz: 45.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.21 g; Węglowodany ogółem: 249.26 g; W tym cukry: 73.64 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 4.49 g;	Wartość energetyczna: 1905.72 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 59.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 263.68 g; W tym cukry: 45.69 g; Błonnik pok.: 34.57 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 1789.93 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 45.17 g; Kw. tł. nasy.: 17.73 g; Węglowodany ogółem: 258.64 g; W tym cukry: 51.99 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 1881.45 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 72.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; Węglowodany ogółem: 208.54 g; W tym cukry: 69.10 g; Błonnik pok.: 20.64 g; Sól: 5.10 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 - 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,