		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-11-23 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 150 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 25 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kasza manna na mleku 250 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 25 g (***MLE,***) Jabłka prażone b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Jabłka prażone b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Galaretka o smaku cytrynowym 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml				
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Fasolowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 100 g Galaretka o smaku cytrynowym 150 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 80 g (***GLU PSZ,***) Twarożek 30 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* z/c 150 ml		Fasolowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 80 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy (bez pieprzu)* 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 50 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c 150 ml	Dyniowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez pieprzu) 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy (bez pieprzu)* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z brzoskwiń 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Mus z brzoskwiń 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2487.29 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 65.40 g; Kw. tł. nasy.: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 359.22 g; W tym cukry: 98.61 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sód: 2619.32 mg;	Wartość energetyczna: 2733.09 kcal; Białko ogółem: 120.02 g; Tłuszcz: 74.58 g; Kw. tł. nasy.: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 389.02 g; W tym cukry: 92.21 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sód: 2768.53 mg;	Wartość energetyczna: 1333.23 kcal; Białko ogółem: 51.47 g; Tłuszcz: 37.11 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; Węglowodany ogółem: 202.31 g; W tym cukry: 61.52 g; Błonnik pok.: 8.24 g; Sód: 842.75 mg;		Wartość energetyczna: 2267.91 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 54.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 359.33 g; W tym cukry: 90.61 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sód: 2420.77 mg;	Wartość energetyczna: 1125.18 kcal; Białko ogółem: 41.72 g; Tłuszcz: 31.01 g; Kw. tł. nasy.: 14.51 g; Węglowodany ogółem: 174.75 g; W tym cukry: 36.04 g; Błonnik pok.: 8.83 g; Sód: 1059.90 mg;	Wartość energetyczna: 2003.16 kcal; Białko ogółem: 75.96 g; Tłuszcz: 45.24 g; Kw. tł. nasy.: 16.71 g; Węglowodany ogółem: 334.92 g; W tym cukry: 62.33 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sód: 2333.74 mg;

		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-11-24 wtorek	Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Pomidor 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 30 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 25 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Pomidor 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 35 g (***MLE,***) Dżem 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Jabłko 150 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 80 g Klopsik wieprzowy 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny (bez pieprzu) 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml	Brokułowa z ziemniakami 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 80 g Klopsik wieprzowy 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 150 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 80 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny (bez pieprzu) 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny (bez pieprzu) 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (***SEL,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynka z liściem - wieprzowa wędzona parzona 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka z liściem - wieprzowa wędzona parzona 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pomidor b/skórki 35 g Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Zacierka na mleku 150 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka z liściem - wieprzowa wędzona parzona 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pomidor b/skórki 35 g Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Szynka z liściem - wieprzowa wędzona parzona 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka z liściem - wieprzowa wędzona parzona 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pasta warzywna 50 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka z liściem - wieprzowa wędzona parzona 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pasta warzywna 70 g (***SEL,***) Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	PN	Mus drugie śniadanie jaglanka + mus 100g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Masło 83% tł. 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 Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Mus drugie śniadanie jaglanka + mus 100g 1 szt (***może zawierać: GLU PSZ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Wafle ryżowe 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2099.34 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Tłuszcz: 63.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 316.74 g; W tym cukry: 95.01 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sód: 2418.06 mg;	Wartość energetyczna: 2529.61 kcal; Białko ogółem: 115.87 g; Tłuszcz: 87.82 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 350.18 g; W tym cukry: 96.87 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sód: 3263.57 mg;	Wartość energetyczna: 1269.08 kcal; Białko ogółem: 47.61 g; Tłuszcz: 41.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 187.99 g; W tym cukry: 78.47 g; Błonnik pok.: 12.26 g; Sód: 805.52 mg;	Wartość energetyczna: 1386.53 kcal; Białko ogółem: 53.39 g; Tłuszcz: 44.43 g; Kw. tł. nasy.: 19.99 g; Węglowodany ogółem: 205.21 g; W tym cukry: 85.13 g; Błonnik pok.: 12.62 g; Sód: 860.52 mg;	Wartość energetyczna: 2137.43 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 62.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 334.11 g; W tym cukry: 128.64 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sód: 2430.80 mg;	Wartość energetyczna: 1309.82 kcal; Białko ogółem: 44.43 g; Tłuszcz: 41.18 g; Kw. tł. nasy.: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 201.40 g; W tym cukry: 53.48 g; Błonnik pok.: 12.31 g; Sód: 817.14 mg;	Wartość energetyczna: 2197.73 kcal; Białko ogółem: 77.96 g; Tłuszcz: 56.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 365.92 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sód: 1784.88 mg;

		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-11-25 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 150 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 150 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Dżem 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Kasza manna z jabłkiem prażonym (bez laktozy) 150 ml (***GLU PSZ, MLE b/LAK,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (***MLE,***)	Pieczarkowa z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 80 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez pieprzu) 30 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 80 g Pulpet drobiowy 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy 30 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 150 g Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem -dieta b/brokuła i kalafiora 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 80 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez pieprzu) 30 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml	Jarzynowa z makaronem -dieta b/brokuła i kalafiora 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy (bez pieprzu) 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez pieprzu) 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Ryba (morszczuk) po grecku 100 g (***GLU PSZ, RYB, SEL,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pasta z twarogu i ryby got.(łosoś) 80 g (***RYB, MLE,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got.(łosoś) 30 g (***RYB, MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got.(łosoś) 40 g (***RYB, MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got.(łosoś) 80 g (***RYB, MLE,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 25 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 25 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2124.36 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz: 69.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.23 g; Węglowodany ogółem: 299.15 g; W tym cukry: 86.29 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sód: 3145.33 mg;	Wartość energetyczna: 2488.92 kcal; Białko ogółem: 123.12 g; Tłuszcz: 98.70 g; Kw. tł. nasy.: 48.45 g; Węglowodany ogółem: 304.92 g; W tym cukry: 70.57 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sód: 3831.82 mg;	Wartość energetyczna: 1174.97 kcal; Białko ogółem: 53.57 g; Tłuszcz: 39.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 162.09 g; W tym cukry: 72.50 g; Błonnik pok.: 11.41 g; Sód: 876.70 mg;	Wartość energetyczna: 1204.02 kcal; Białko ogółem: 55.13 g; Tłuszcz: 40.56 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 165.14 g; W tym cukry: 73.20 g; Błonnik pok.: 11.56 g; Sód: 1118.66 mg;	Wartość energetyczna: 1970.68 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz: 62.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 282.78 g; W tym cukry: 104.78 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sód: 2955.76 mg;	Wartość energetyczna: 1268.55 kcal; Białko ogółem: 43.23 g; Tłuszcz: 32.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 207.53 g; W tym cukry: 76.51 g; Błonnik pok.: 10.57 g; Sód: 1067.82 mg;	Wartość energetyczna: 2115.91 kcal; Białko ogółem: 77.24 g; Tłuszcz: 46.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 363.07 g; W tym cukry: 101.31 g; Błonnik pok.: 20.28 g; Sód: 2291.04 mg;

		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-11-26 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 40 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Mus z ananasa 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (***MLE b/LAK,***) Mus z ananasa 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (***MLE b/LAK,***) Mus z ananasa 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku 350 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Mandarynka 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Marchew i cukinia gotowana z olejem* 200 g (***może zawierać: SEL,***) Mandarynka 150 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 150 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 30 ml (***GLU PSZ,***) Marchew i cukinia gotowana z olejem* 50 g (***może zawierać: SEL,***) Kompot owocowy* z/c 150 ml		Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Marchew i cukinia gotowana z olejem* 150 g (***może zawierać: SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 250 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 30 ml (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy (bez pieprzu) 100 ml (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałatka jarzynowa - dieta 50 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałatka jarzynowa - dieta 50 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 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 Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***)				Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2193.96 kcal; Białko ogółem: 76.41 g; Tłuszcz: 79.23 g; Kw. tł. nasy.: 36.61 g; Węglowodany ogółem: 319.92 g; W tym cukry: 65.65 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sód: 5087.61 mg;	Wartość energetyczna: 2294.02 kcal; Białko ogółem: 99.53 g; Tłuszcz: 88.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 302.94 g; W tym cukry: 54.59 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sód: 3384.51 mg;	Wartość energetyczna: 1144.02 kcal; Białko ogółem: 43.52 g; Tłuszcz: 36.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; Węglowodany ogółem: 168.68 g; W tym cukry: 66.62 g; Błonnik pok.: 13.42 g; Sód: 2183.88 mg;		Wartość energetyczna: 2084.14 kcal; Białko ogółem: 77.83 g; Tłuszcz: 73.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 299.05 g; W tym cukry: 90.07 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sód: 4069.13 mg;	Wartość energetyczna: 1259.36 kcal; Białko ogółem: 47.62 g; Tłuszcz: 41.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.06 g; Węglowodany ogółem: 180.19 g; W tym cukry: 44.18 g; Błonnik pok.: 10.77 g; Sód: 2086.33 mg;	Wartość energetyczna: 1937.26 kcal; Białko ogółem: 74.86 g; Tłuszcz: 50.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; W tym cukry: 58.33 g; Błonnik pok.: 18.62 g; Sód: 3054.84 mg;

		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-11-27 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 25 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kasza manna na mleku 150 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 150 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 25 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kasza manna na mleku 250 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty b/laktozy 25 g (***MLE b/LAK,***) Dżem 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty b/laktozy 60 g (***MLE b/LAK,***) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba smażona (Miruna) 110 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***)	Szpinakowa z zacierką 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba smażona (Miruna) 110 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (***SEL,***) Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml Kompot owocowy* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 80 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 30 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn oprószany z olejem 50 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 150 ml		Szpinakowa z zacierką 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 150 g Ryba smażona (Miruna) 110 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 80 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy (bez pieprzu) 30 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bukiet jarzyn oprószany z olejem 50 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 150 ml	Szpinakowa z zacierką 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy (bez pieprzu) 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bukiet jarzyn oprószany z olejem 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 35 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 35 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Jabłka prażone b/c 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Jabłka prażone b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (***GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb pełnoziarnisty 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 25 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Banan 200 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (***GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Wafle kukurydziane 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2362.80 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 85.85 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 310.02 g; W tym cukry: 89.65 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sód: 2417.51 mg;	Wartość energetyczna: 2556.54 kcal; Białko ogółem: 115.41 g; Tłuszcz: 94.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 334.93 g; W tym cukry: 88.44 g; Błonnik pok.: 30.61 g; Sód: 3097.88 mg;	Wartość energetyczna: 1294.38 kcal; Białko ogółem: 45.04 g; Tłuszcz: 35.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.10 g; Węglowodany ogółem: 206.79 g; W tym cukry: 97.02 g; Błonnik pok.: 13.79 g; Sód: 891.20 mg;	Wartość energetyczna: 1398.61 kcal; Białko ogółem: 50.26 g; Tłuszcz: 37.91 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 221.74 g; W tym cukry: 103.16 g; Błonnik pok.: 14.08 g; Sód: 946.54 mg;	Wartość energetyczna: 2181.27 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 301.43 g; W tym cukry: 94.93 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sód: 2230.76 mg;	Wartość energetyczna: 1199.27 kcal; Białko ogółem: 39.24 g; Tłuszcz: 32.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; Węglowodany ogółem: 167.02 g; W tym cukry: 47.34 g; Błonnik pok.: 7.37 g; Sód: 912.87 mg;	Wartość energetyczna: 2077.42 kcal; Białko ogółem: 72.89 g; Tłuszcz: 48.11 g; Kw. tł. nasy.: 17.09 g; Węglowodany ogółem: 323.97 g; W tym cukry: 70.46 g; Błonnik pok.: 15.96 g; Sód: 1916.92 mg;

		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-11-28 sobota	Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 35 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Banan 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Galaretka o smaku cytrynowym 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Koperkowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Bigos 300 g (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Jabłko 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (***MLE,***)	Koperkowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem 150 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 80 g Gulasz wieprzowy z warzywami 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml		Koperkowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 150 g Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem 150 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 80 g Gulasz wieprzowy z warzywami 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml	Koperkowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 35 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Dżem 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Dżem 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml					Banan 200 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2291.67 kcal; Białko ogółem: 84.11 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 38.51 g; Węglowodany ogółem: 303.71 g; W tym cukry: 87.13 g; Błonnik pok.: 27.60 g; Sód: 3801.49 mg;	Wartość energetyczna: 2445.16 kcal; Białko ogółem: 102.16 g; Tłuszcz: 91.95 g; Kw. tł. nasy.: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 326.49 g; W tym cukry: 74.63 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sód: 2994.04 mg;	Wartość energetyczna: 1247.95 kcal; Białko ogółem: 54.48 g; Tłuszcz: 49.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 151.23 g; W tym cukry: 44.25 g; Błonnik pok.: 9.03 g; Sód: 1476.91 mg;		Wartość energetyczna: 2061.80 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 294.72 g; W tym cukry: 76.52 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sód: 2723.84 mg;	Wartość energetyczna: 1207.14 kcal; Białko ogółem: 42.36 g; Tłuszcz: 36.37 g; Kw. tł. nasy.: 16.11 g; Węglowodany ogółem: 184.68 g; W tym cukry: 72.89 g; Błonnik pok.: 11.93 g; Sód: 1303.45 mg;	Wartość energetyczna: 2095.65 kcal; Białko ogółem: 79.06 g; Tłuszcz: 53.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.68 g; Węglowodany ogółem: 339.64 g; W tym cukry: 110.52 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sód: 2860.43 mg;

		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-11-29 niedziela	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka konserwowa 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (***MLE,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 25 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtusty b/laktozy 25 g (***MLE b/LAK,***) Dżem 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (***MLE b/LAK,***) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Mus z jabłek () z/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)	Rosół z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (***SEL,***) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***MLE,***) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Rosół z makaronem 150 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 80 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki gotowane z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml Sos koperkowy * (bez pieprzu) 30 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Rosół z makaronem 150 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 80 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Buraczki gotowane z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml Sos koperkowy * 30 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Rosół z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 150 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Grysikowa 150 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 80 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 50 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c 150 ml Sos koperkowy * (bez pieprzu) 30 ml (***GLU PSZ, MLE,***)	Grysikowa 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Budyń z udźca kurczaka (bez pieprzu) 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml Sos koperkowy * (bez pieprzu) 30 ml (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta warzywna 35 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta warzywna 70 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb pełnoziarnisty 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 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 Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Wafle ryżowe 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2241.32 kcal; Białko ogółem: 116.15 g; Tłuszcz: 99.11 g; Kw. tł. nasy.: 43.27 g; Węglowodany ogółem: 239.20 g; W tym cukry: 56.29 g; Błonnik pok.: 19.89 g; Sód: 2978.38 mg;	Wartość energetyczna: 2802.20 kcal; Białko ogółem: 155.41 g; Tłuszcz: 125.23 g; Kw. tł. nasy.: 53.53 g; Węglowodany ogółem: 283.47 g; W tym cukry: 68.13 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sód: 3823.46 mg;	Wartość energetyczna: 1327.15 kcal; Białko ogółem: 61.08 g; Tłuszcz: 38.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 187.67 g; W tym cukry: 84.01 g; Błonnik pok.: 9.78 g; Sód: 1174.86 mg;		Wartość energetyczna: 2111.97 kcal; Białko ogółem: 96.96 g; Tłuszcz: 65.45 g; Kw. tł. nasy.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 299.50 g; W tym cukry: 107.55 g; Błonnik pok.: 21.30 g; Sód: 2848.31 mg;	Wartość energetyczna: 1238.08 kcal; Białko ogółem: 39.88 g; Tłuszcz: 33.96 g; Kw. tł. nasy.: 14.72 g; Węglowodany ogółem: 200.44 g; W tym cukry: 51.04 g; Błonnik pok.: 11.38 g; Sód: 1018.92 mg;	Wartość energetyczna: 2147.57 kcal; Białko ogółem: 72.97 g; Tłuszcz: 48.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.67 g; Węglowodany ogółem: 370.39 g; W tym cukry: 86.01 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sód: 2186.98 mg;

		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-11-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 150 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 250 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Dżem 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Kapuśniak z kapusty kiszonej 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Pierogi leniwe z cynamonem () 250 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 80 g Mus z jabłek () z/c 50 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Kompot owocowy* z/c 150 ml		Wielowarzywna z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pierogi leniwe z cynamonem () 250 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 80 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (***MLE b/LAK,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy* z/c 150 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Jogurt naturalny bez laktozy 150g 0,66 szt (***MLE b/LAK,***) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 25 g (***MLE,***) Mus z brzoskwiń 25 g Sałata strzępiasta czerwona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty b/laktozy 25 g (***MLE b/LAK,***) Mus z brzoskwiń 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty b/laktozy 60 g (***MLE b/LAK,***) Mus z brzoskwiń 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Pieczywo chrupkie żytnie, kefir(pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2109.88 kcal; Białko ogółem: 78.42 g; Tłuszcz: 66.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 316.25 g; W tym cukry: 86.35 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sód: 2669.18 mg;	Wartość energetyczna: 2439.94 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 84.68 g; Kw. tł. nasy.: 41.04 g; Węglowodany ogółem: 340.60 g; W tym cukry: 118.21 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sód: 2764.13 mg;	Wartość energetyczna: 1139.66 kcal; Białko ogółem: 34.51 g; Tłuszcz: 30.80 g; Kw. tł. nasy.: 17.27 g; Węglowodany ogółem: 186.77 g; W tym cukry: 68.56 g; Błonnik pok.: 9.45 g; Sód: 796.27 mg;		Wartość energetyczna: 1963.48 kcal; Białko ogółem: 74.74 g; Tłuszcz: 47.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 327.25 g; W tym cukry: 118.83 g; Błonnik pok.: 25.30 g; Sód: 2190.92 mg;	Wartość energetyczna: 1192.75 kcal; Białko ogółem: 27.53 g; Tłuszcz: 29.18 g; Kw. tł. nasy.: 13.49 g; Węglowodany ogółem: 210.76 g; W tym cukry: 83.36 g; Błonnik pok.: 9.39 g; Sód: 667.34 mg;	Wartość energetyczna: 1993.33 kcal; Białko ogółem: 54.62 g; Tłuszcz: 37.74 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 369.92 g; W tym cukry: 113.33 g; Błonnik pok.: 15.49 g; Sód: 1508.56 mg;

		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-12-01 wtorek	Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 25 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 25 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Pasta warzywna 35 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Pasta warzywna 70 g (***SEL,***)
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka pieczona, łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Jabłko 150 g	Solferino 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Jabłko 120 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 80 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml		Solferino 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 150 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 80 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy (bez pieprzu) 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml	Ryżowa 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez pieprzu) 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy (bez pieprzu) 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Ryba (morszczuk) po grecku (bez pieprzu) 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pasta z twarogu i ryby got.(łosoś) 80 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got.(łosoś) 40 g (***RYB, MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Makaron drobny na mleku 150 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got.(łosoś) 40 g (***RYB, MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got.(łosoś) 80 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Banan 100 g Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Banan 100 g Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2378.63 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 82.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 332.50 g; W tym cukry: 73.03 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sód: 2345.62 mg;	Wartość energetyczna: 2474.47 kcal; Białko ogółem: 111.66 g; Tłuszcz: 89.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 331.78 g; W tym cukry: 74.07 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sód: 2995.80 mg;	Wartość energetyczna: 1390.16 kcal; Białko ogółem: 59.82 g; Tłuszcz: 44.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 200.59 g; W tym cukry: 78.04 g; Błonnik pok.: 12.63 g; Sód: 1063.69 mg;	Wartość energetyczna: 1507.61 kcal; Białko ogółem: 65.59 g; Tłuszcz: 46.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 217.82 g; W tym cukry: 84.71 g; Błonnik pok.: 12.99 g; Sód: 1118.69 mg;	Wartość energetyczna: 2261.57 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 72.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 330.69 g; W tym cukry: 111.77 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sód: 2232.33 mg;	Wartość energetyczna: 1301.31 kcal; Białko ogółem: 44.13 g; Tłuszcz: 34.95 g; Kw. tł. nasy.: 15.23 g; Węglowodany ogółem: 208.74 g; W tym cukry: 62.56 g; Błonnik pok.: 10.33 g; Sód: 1111.16 mg;	Wartość energetyczna: 2114.76 kcal; Białko ogółem: 77.91 g; Tłuszcz: 46.84 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 359.50 g; W tym cukry: 90.24 g; Błonnik pok.: 21.89 g; Sód: 2441.40 mg;

		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-12-02 środa	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Jabłka prażone b/c 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Jabłka prażone b/c 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 40 g (***MLE,***) Jabłka prażone b/c 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Ryż na mleku 150 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Sałata zielona 10 g		Kasza manna na mleku 250 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Jabłka prażone b/c 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (***MLE b/LAK,***) Dżem 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (***MLE b/LAK,***) Dżem 50 g
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Grysikowa 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony 80 g (***GLU PSZ,***) Sos bazyliowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (***MLE,***)	Grysikowa 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony 80 g (***GLU PSZ,***) Sos bazyliowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Grysikowa 150 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 80 g Klopsik drobiowy z udźca (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 150 ml Dynia duszona z marchewką z olejem * 50 g (***GLU PSZ,***)		Grysikowa 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 150 g Filet z kurczaka pieczony 80 g (***GLU PSZ,***) Sos bazyliowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa 150 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 80 g Klopsik drobiowy z udźca (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy (bez pieprzu) 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 50 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* z/c 150 ml	Grysikowa 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Klopsik drobiowy z udźca (bez pieprzu) 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy (bez pieprzu) 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolacja	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ,***) Ogórek świeży 50 g Sałata lodowa 20 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 50 g Sałata lodowa 20 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata lodowa 10 g		Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ,***) Ogórek świeży 50 g Sałata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 150 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml					Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2175.47 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.90 g; Węglowodany ogółem: 318.99 g; W tym cukry: 98.17 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sód: 2467.56 mg;	Wartość energetyczna: 2317.83 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 71.29 g; Kw. tł. nasy.: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 333.49 g; W tym cukry: 75.49 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sód: 2639.19 mg;	Wartość energetyczna: 1318.46 kcal; Białko ogółem: 48.58 g; Tłuszcz: 40.44 g; Kw. tł. nasy.: 18.04 g; Węglowodany ogółem: 195.11 g; W tym cukry: 63.15 g; Błonnik pok.: 11.19 g; Sód: 997.13 mg;		Wartość energetyczna: 2060.83 kcal; Białko ogółem: 91.95 g; Tłuszcz: 51.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.05 g; Węglowodany ogółem: 320.83 g; W tym cukry: 95.76 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sód: 2296.33 mg;	Wartość energetyczna: 1243.24 kcal; Białko ogółem: 41.59 g; Tłuszcz: 39.45 g; Kw. tł. nasy.: 17.07 g; Węglowodany ogółem: 186.94 g; W tym cukry: 59.50 g; Błonnik pok.: 11.67 g; Sód: 857.80 mg;	Wartość energetyczna: 2124.60 kcal; Białko ogółem: 69.61 g; Tłuszcz: 51.07 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; Węglowodany ogółem: 358.83 g; W tym cukry: 93.34 g; Błonnik pok.: 20.68 g; Sód: 1871.01 mg;

		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-12-03 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 25 g (***MLE,***) Mix sałat 10 g Pomidor b/skórki 25 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 25 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 25 g (***MLE,***) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 35 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem (bez pieprzu) 70 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Dżem 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Banan 120 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Banan 200 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml Banan 200 g Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Banan 120 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 80 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny (z mięsa wieprzowego) 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany z olejem* 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 150 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ziemniaczana 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 80 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Marchew gotowana z olejem 50 g Sos jarzynowy (bez pieprzu) 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 150 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Zrazik wieprzowy pieczony mielony (bez pieprzu) 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Sos jarzynowy (bez pieprzu) 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Rukola 10 g	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pasztet z ciecierzycy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Rukola 10 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka z liściem - wieprzowa wędzona parzona 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pomidor b/skórki 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Rukola 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasztet z ciecierzycy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor koktajlowy 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka z liściem - wieprzowa wędzona parzona 25 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Dżem 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka z liściem - wieprzowa wędzona parzona 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb pełnoziarnisty 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 25 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Sok warzywny 0,3l 1 szt (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Wafle kukurydziane 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2267.63 kcal; Białko ogółem: 80.45 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kw. tł. nasy.: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 321.01 g; W tym cukry: 94.75 g; Błonnik pok.: 29.75 g; Sód: 3559.95 mg;	Wartość energetyczna: 2548.24 kcal; Białko ogółem: 103.05 g; Tłuszcz: 94.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 348.06 g; W tym cukry: 81.30 g; Błonnik pok.: 35.14 g; Sód: 2672.77 mg;	Wartość energetyczna: 1195.88 kcal; Białko ogółem: 49.34 g; Tłuszcz: 42.85 g; Kw. tł. nasy.: 17.79 g; Węglowodany ogółem: 163.51 g; W tym cukry: 65.53 g; Błonnik pok.: 9.80 g; Sód: 2197.51 mg;		Wartość energetyczna: 2126.48 kcal; Białko ogółem: 79.62 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 318.81 g; W tym cukry: 100.28 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sód: 3356.13 mg;	Wartość energetyczna: 1254.07 kcal; Białko ogółem: 43.71 g; Tłuszcz: 36.23 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 174.27 g; W tym cukry: 71.54 g; Błonnik pok.: 11.03 g; Sód: 1011.33 mg;	Wartość energetyczna: 2193.04 kcal; Białko ogółem: 79.72 g; Tłuszcz: 52.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.63 g; Węglowodany ogółem: 349.07 g; W tym cukry: 108.35 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sód: 2166.76 mg;

		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-12-04 piątek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 150 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 30 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 10 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Płatki owsiane na mleku 250 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtusty b/laktozy 25 g (***MLE b/LAK,***) Dżem 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtusty b/laktozy 60 g (***MLE b/LAK,***) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Kleik ryżowy z jabłkiem 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kleik ryżowy z jabłkiem 200 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Warzywa po grecku 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml Jogurt brzoskwiniowy 100g 1 szt (***MLE,***)	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Warzywa po grecku 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane-drobno tarte (bez cukru) 100 g (***GLU PSZ,***) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ryżowa 150 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 80 g Pulpet rybny (Miruna) (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos jarzynowy 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku 50 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 150 ml	Ryżowa 150 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 80 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos jarzynowy 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku 50 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 150 ml	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 150 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Warzywa po grecku 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml	Ryżowa 150 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 80 g Pulpet rybny (Miruna) (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos jarzynowy 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku 50 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 150 ml	Ryżowa 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet rybny (Miruna) (bez pieprzu) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos jarzynowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 35 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Zacierka na mleku 150 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 35 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Mus z brzoskwiń 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Mus z brzoskwiń 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Pieczywo chrupkie żytnie, kefir (pieczywo chrupkie 25g, kefir 200ml, masło 5g) 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2217.89 kcal; Białko ogółem: 92.44 g; Tłuszcz: 63.80 g; Kw. tł. nasy.: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 336.53 g; W tym cukry: 129.51 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sód: 2712.47 mg;	Wartość energetyczna: 2416.03 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasy.: 36.92 g; Węglowodany ogółem: 339.37 g; W tym cukry: 121.85 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sód: 3248.65 mg;	Wartość energetyczna: 1318.90 kcal; Białko ogółem: 48.77 g; Tłuszcz: 34.08 g; Kw. tł. nasy.: 17.02 g; Węglowodany ogółem: 211.66 g; W tym cukry: 88.72 g; Błonnik pok.: 12.82 g; Sód: 962.31 mg;	Wartość energetyczna: 1419.92 kcal; Białko ogółem: 50.81 g; Tłuszcz: 36.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.55 g; Węglowodany ogółem: 228.89 g; W tym cukry: 95.38 g; Błonnik pok.: 13.18 g; Sód: 984.01 mg;	Wartość energetyczna: 2105.17 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 54.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 339.13 g; W tym cukry: 141.20 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sód: 2578.99 mg;	Wartość energetyczna: 1069.67 kcal; Białko ogółem: 41.39 g; Tłuszcz: 27.38 g; Kw. tł. nasy.: 13.16 g; Węglowodany ogółem: 169.45 g; W tym cukry: 40.46 g; Błonnik pok.: 7.39 g; Sód: 1027.07 mg;	Wartość energetyczna: 1922.07 kcal; Białko ogółem: 75.53 g; Tłuszcz: 36.06 g; Kw. tł. nasy.: 15.20 g; Węglowodany ogółem: 336.06 g; W tym cukry: 76.94 g; Błonnik pok.: 17.26 g; Sód: 2213.08 mg;

		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-12-05 sobota	Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor b/skórki 25 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Dżem 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Mus z jabłek () z/c 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Banan 200 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Potrawka drobiowa 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Galaretka o smaku cytrynowym 150 g	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Potrawka drobiowa 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Ziemniaczana 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 80 g (***GLU JĘCZ,***) Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml	Ziemniaczana 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 80 g (***GLU JĘCZ,***) Potrawka drobiowa 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (***GLU JĘCZ,***) Potrawka drobiowa 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g	Ziemniaczana 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 80 g Potrawka drobiowa (bez pieprzu) 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 70 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 70 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 35 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałata zielona 10 g	Płatki pszenne na mleku 150 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 35 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 70 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta warzywna 35 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta warzywna 70 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb pełnoziarnisty 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 5 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 25 g (***MLE,***) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2089.20 kcal; Białko ogółem: 82.57 g; Tłuszcz: 79.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 280.04 g; W tym cukry: 57.17 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sód: 2957.08 mg;	Wartość energetyczna: 2337.92 kcal; Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 88.38 g; Kw. tł. nasy.: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 312.67 g; W tym cukry: 55.54 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sód: 3195.72 mg;	Wartość energetyczna: 1212.81 kcal; Białko ogółem: 48.63 g; Tłuszcz: 44.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 159.88 g; W tym cukry: 45.10 g; Błonnik pok.: 9.19 g; Sód: 1347.15 mg;	Wartość energetyczna: 1318.99 kcal; Białko ogółem: 53.86 g; Tłuszcz: 47.48 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 175.32 g; W tym cukry: 51.88 g; Błonnik pok.: 10.35 g; Sód: 1476.21 mg;	Wartość energetyczna: 2050.72 kcal; Białko ogółem: 78.65 g; Tłuszcz: 75.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 282.33 g; W tym cukry: 73.39 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sód: 2880.67 mg;	Wartość energetyczna: 1195.00 kcal; Białko ogółem: 37.07 g; Tłuszcz: 32.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; Węglowodany ogółem: 197.37 g; W tym cukry: 73.19 g; Błonnik pok.: 13.06 g; Sód: 1051.34 mg;	Wartość energetyczna: 2123.83 kcal; Białko ogółem: 69.95 g; Tłuszcz: 47.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 371.18 g; W tym cukry: 110.85 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sód: 2315.90 mg;

		KRK- NAR VII D01 Podstawowa/dorośli/	KRK- NAR VIIA-B C01 Podstawowa/kobiety w okresie ciąży lub laktacji/	KRK- NAR VIIIa-1 P02/1 Łatwostrawna/dzieci 1-2 lat/	KRK- NAR VIIIA-2 P01/1 Podstawowa/dzieci 2-3 lat/	KRK- NAR VIII P01/2-3 Podstawowa/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18 lat/	KRK- NAR IIIa-d/1 P01/1/LA/M Łatwo strawna/dzieci 1-3/niskolaktozowa-zapierająca	KRK- NAR IIIa-d/2-3 P02/2-3/LA/M Łatwo strawna/dzieci i młodzież 4-9 i 10-18/niskolaktozowa-zapierająca
2026-12-06 niedziela	Śniadanie	Jogurt brzoskwiniowy 100g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Jogurt brzoskwiniowy 100g 1 szt (***MLE,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Jogurt brzoskwiniowy 100g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Jogurt brzoskwiniowy 100g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (***MLE b/LAK,***) Dżem 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homogenizowany naturalny bez laktozy 150g 0,5 szt (***MLE b/LAK,***) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem prażonym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Pomidorowa z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (***MLE,***) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem 150 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 80 g Klopsik wieprzowy 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 50 g Kompot owocowy* z/c 150 ml		Pomidorowa z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 150 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* z/c 300 ml	Grysikowa 150 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 80 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny (bez pieprzu) 30 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku 50 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 150 ml	Grysikowa 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez pieprzu) 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny (bez pieprzu) 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Warzywa po grecku 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Papryka konserwowa 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Tłuszcz do smarowania (70%) 15 g Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Papryka konserwowa 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 25 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 25 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Papryka konserwowa 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 25 g (***MLE,***) Mus z ananasa 50 g Woda mineralna niegazowana 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Mus z ananasa 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 300 ml Woda mineralna niegazowana 250 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			Wafle ryżowe 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2426.66 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 83.73 g; Kw. tł. nasy.: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 296.41 g; W tym cukry: 76.00 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sód: 2831.00 mg;	Wartość energetyczna: 2598.68 kcal; Białko ogółem: 119.04 g; Tłuszcz: 96.39 g; Kw. tł. nasy.: 42.41 g; Węglowodany ogółem: 307.29 g; W tym cukry: 71.26 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sód: 3377.51 mg;	Wartość energetyczna: 1269.04 kcal; Białko ogółem: 49.44 g; Tłuszcz: 39.27 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; Węglowodany ogółem: 184.23 g; W tym cukry: 66.16 g; Błonnik pok.: 10.49 g; Sód: 861.50 mg;		Wartość energetyczna: 2180.28 kcal; Białko ogółem: 89.34 g; Tłuszcz: 71.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 313.19 g; W tym cukry: 98.36 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sód: 2579.61 mg;	Wartość energetyczna: 1319.79 kcal; Białko ogółem: 46.16 g; Tłuszcz: 39.18 g; Kw. tł. nasy.: 17.77 g; Węglowodany ogółem: 200.60 g; W tym cukry: 51.93 g; Błonnik pok.: 7.43 g; Sód: 743.38 mg;	Wartość energetyczna: 2186.16 kcal; Białko ogółem: 75.75 g; Tłuszcz: 49.69 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 370.34 g; W tym cukry: 85.77 g; Błonnik pok.: 15.76 g; Sód: 1641.88 mg;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
Ener z B. - % energii z białka,
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,
Ener z W. - % energii z węglowodanów,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,