

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- ORL 3/ML Łatwostrawna z ogr.tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.latwo przysy węgl i z ogr.tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.latwo przysy węgłowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.latwo przysy węgłowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska	
2026-05-11 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na napoju sojowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pastaz brokula * 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pastaz brokula * 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek świeży 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g		
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 180 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 180 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała rozdrobniona 30 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		
	Wartość energetyczna: 2322.27 kcal; Białko ogółem: 91.47 g; Tłuszcz: 64.04 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 366.54 g; W tym cukry: 65.64 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2112.60 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz: 45.01 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 357.68 g; W tym cukry: 57.67 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2162.29 kcal; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 8.96 g; Węglowodany ogółem: 326.45 g; W tym cukry: 46.62 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 1957.99 kcal; Białko ogółem: 104.51 g; Tłuszcz: 65.34 g; Kw. tł. nasy.: 15.63 g; Węglowodany ogółem: 258.02 g; W tym cukry: 17.96 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 10.41 g;	Wartość energetyczna: 2017.42 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 258.01 g; W tym cukry: 17.38 g; Błonnik pok.: 25.60 g; Sól: 11.39 g;	Wartość energetyczna: 2113.89 kcal; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 73.53 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; Węglowodany ogółem: 295.23 g; W tym cukry: 24.26 g; Błonnik pok.: 48.57 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2736.80 kcal; Białko ogółem: 118.68 g; Tłuszcz: 89.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 382.77 g; W tym cukry: 58.82 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sól: 10.13 g;	Wartość energetyczna: 2639.89 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 87.07 g; Kw. tł. nasy.: 48.03 g; Węglowodany ogółem: 389.67 g; W tym cukry: 64.80 g; Błonnik pok.: 27.90 g; Sól: 6.42 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- ORL 3/ML Łatwostrawna z ogr.tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.łatwo przysw. i z ogr.tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska	
2026-05-12 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mierzany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na napoju sojowym 300 ml (GLU PSZ, SOJ) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mierzany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mierzany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		
		II ŚN		Chleb mierzany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 30 g	Chleb mierzany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielony Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Stupki z marchewki 30 g	Chleb mierzany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 30 g		
2026-05-12 wtorek	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szarpana wieprzowina 100 g (GLUPSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sytko 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Szarpana wieprzowina 100 g (GLUPSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sytko 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szarpana wieprzowina 100 g (GLUPSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mieso wieprzowe mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szarpana wieprzowina 100 g (GLUPSZ) Ryż na sytko (brązowy) 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szarpana wieprzowina 100 g (GLUPSZ) Sos własny (l) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sytko 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sytko 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		PD			Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)		
2026-05-12 wtorek	Kolacja	Chleb mierzany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mierzany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mierzany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 80 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mierzany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 80 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mierzany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 100 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
		PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt		Chleb mierzany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 30 g	Chleb mierzany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 30 g	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2471.14 kcal; Białko ogółem: 113.38 g; Tłuszcz: 75.80 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; Węglowodany ogółem: 350.14 g; W tym cukry: 88.51 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2374.94 kcal; Białko ogółem: 116.25 g; Tłuszcz: 63.07 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; Węglowodany ogółem: 349.82 g; W tym cukry: 89.65 g; Błonnik pok.: 21.09 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 2310.28 kcal; Białko ogółem: 113.14 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 12.35 g; Węglowodany ogółem: 339.86 g; W tym cukry: 73.44 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 2295.83 kcal; Białko ogółem: 116.86 g; Tłuszcz: 78.43 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 303.23 g; W tym cukry: 56.49 g; Błonnik pok.: 30.12 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2370.79 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 89.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 304.28 g; W tym cukry: 56.56 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2382.90 kcal; Białko ogółem: 118.74 g; Tłuszcz: 89.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 313.85 g; W tym cukry: 60.74 g; Błonnik pok.: 45.47 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2918.94 kcal; Białko ogółem: 130.55 g; Tłuszcz: 89.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.62 g; Węglowodany ogółem: 415.91 g; W tym cukry: 114.49 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2326.41 kcal; Białko ogółem: 72.43 g; Tłuszcz: 70.41 g; Kw. tł. nasy.: 25.02 g; Węglowodany ogółem: 367.07 g; W tym cukry: 80.57 g; Błonnik pok.: 30.30 g; Sól: 5.58 g;

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- ORL 3/ML Łatwostrawna z ogr.tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.latwo przysw. i z ogr.tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zapiekana wędzona, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wędzona, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 300 ml (SOJ) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wędzona, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielona Szynka zapiekana wędzona, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wędzona, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zapiekana wędzona, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II SN			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielony schab z marchewką 30 g Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g (MLE) Schab gotowany 30 g Papryka świeża 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab gotowany 30 g Pomidor 30 g	
Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wodą* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* b/kafałora 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wodą* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Pierogi ukraińskie* 300 g (GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z wodą* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE)		Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL.) Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL.) Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Pasta z brokula* 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL.) Pasta z brokula* 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL.) Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielona Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL.) Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Ogórek świeży 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL.) Szynkowa Extra- wędzonka wędzona, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek świeży 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
	PN		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielona Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
	Wartość energetyczna: 2154.68 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz: 53.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 342.55 g; W tym cukry: 59.30 g; Błonnik pok.: 23.45 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2156.46 kcal; Białko ogółem: 93.93 g; Tłuszcz: 51.23 g; Kw. tł. nasy.: 10.71 g; Węglowodany ogółem: 344.24 g; W tym cukry: 64.79 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 9.12 g;	Wartość energetyczna: 2180.49 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 53.21 g; Kw. tł. nasy.: 9.34 g; Węglowodany ogółem: 340.93 g; W tym cukry: 52.96 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 1915.74 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 56.96 g; Kw. tł. nasy.: 12.97 g; Węglowodany ogółem: 266.07 g; W tym cukry: 27.40 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 1945.14 kcal; Białko ogółem: 107.06 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 13.27 g; Węglowodany ogółem: 272.31 g; W tym cukry: 28.40 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sól: 10.39 g;	Wartość energetyczna: 1947.87 kcal; Białko ogółem: 102.31 g; Tłuszcz: 66.50 g; Kw. tł. nasy.: 18.31 g; Węglowodany ogółem: 396.02 g; W tym cukry: 39.16 g; Błonnik pok.: 40.50 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2557.92 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 66.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 396.02 g; W tym cukry: 79.75 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2374.04 kcal; Białko ogółem: 87.58 g; Tłuszcz: 66.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 372.10 g; W tym cukry: 60.23 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 4.57 g;

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- ORL 3/ML Łatwostrawna z ogr.tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.łatwo przysw. i z ogr.tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na napoju sojowym 300 ml (SOJ, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Dymna z wody 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Papryka świeża 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Pomidor 30 g	
Obiad	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mieso wieprzowe mielone w sosie w 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mieso wieprzowe mielone w sosie w 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Kasza gryczana 180 g Salatka szwedzka z olejem b/c 200 g (GOR, JECZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g (GLU PSZ.) Salatka szwedzka z olejem b/c 200 g (GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g (SEL.) Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Sok tioczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ogórek kiszony 30 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2469.80 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 73.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 332.09 g; W tym cukry: 52.84 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.07 g;	Wartość energetyczna: 2191.10 kcal; Białko ogółem: 109.84 g; Tłuszcz: 59.30 g; Kw. tł. nasy.: 16.10 g; Węglowodany ogółem: 320.77 g; W tym cukry: 65.28 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2165.54 kcal; Białko ogółem: 105.94 g; Tłuszcz: 59.50 g; Kw. tł. nasy.: 9.42 g; Węglowodany ogółem: 317.33 g; W tym cukry: 52.43 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2106.99 kcal; Białko ogółem: 112.19 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw. tł. nasy.: 17.80 g; Węglowodany ogółem: 279.23 g; W tym cukry: 25.64 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 12.43 g;	Wartość energetyczna: 2027.94 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 69.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.03 g; Węglowodany ogółem: 270.74 g; W tym cukry: 25.62 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sól: 11.83 g;	Wartość energetyczna: 2115.99 kcal; Białko ogółem: 116.82 g; Tłuszcz: 77.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 278.60 g; W tym cukry: 27.86 g; Błonnik pok.: 37.77 g; Sól: 14.04 g;	Wartość energetyczna: 2751.34 kcal; Białko ogółem: 126.57 g; Tłuszcz: 80.79 g; Kw. tł. nasy.: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 372.84 g; W tym cukry: 60.22 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 12.28 g;	Wartość energetyczna: 2558.20 kcal; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 81.84 g; Kw. tł. nasy.: 40.18 g; Węglowodany ogółem: 362.57 g; W tym cukry: 54.44 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 10.25 g;

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- ORL 3/ML Łatwostrawna z ogr. tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węgł i z ogr. tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska	
2026-05-15 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Pasta z brokula * 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta z brokula * 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na napój sgojowy 300 ml (SOJ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta z brokula * 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta z brokula * 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta z brokula * 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Ogórek świeży 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielony Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielony Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Pomidor 30 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet ryбно-warzywny* (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.)	
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)					
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (MLE.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt		
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Rzepa biała rozdrobniona 30 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2318.13 kcal; Białko ogółem: 93.28 g; Tłuszcz: 77.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 329.97 g; W tym cukry: 89.32 g; Blonnik pok.: 25.17 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 2174.48 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 313.22 g; W tym cukry: 76.40 g; Blonnik pok.: 23.97 g; Sól: 9.83 g;	Wartość energetyczna: 1985.85 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 50.61 g; Kw. tł. nasy.: 7.33 g; Węglowodany ogółem: 303.11 g; W tym cukry: 63.75 g; Blonnik pok.: 25.25 g; Sól: 10.89 g;	Wartość energetyczna: 1998.59 kcal; Białko ogółem: 96.15 g; Tłuszcz: 74.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.60 g; Węglowodany ogółem: 256.00 g; W tym cukry: 21.40 g; Blonnik pok.: 26.20 g; Sól: 11.18 g;	Wartość energetyczna: 2040.85 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 274.92 g; W tym cukry: 22.35 g; Blonnik pok.: 29.96 g; Sól: 11.20 g;	Wartość energetyczna: 1958.94 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 75.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 261.88 g; W tym cukry: 29.41 g; Blonnik pok.: 37.75 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2646.63 kcal; Białko ogółem: 107.51 g; Tłuszcz: 91.84 g; Kw. tł. nasy.: 38.64 g; Węglowodany ogółem: 368.52 g; W tym cukry: 90.45 g; Blonnik pok.: 27.21 g; Sól: 11.28 g;	Wartość energetyczna: 2363.75 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 82.99 g; Kw. tł. nasy.: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 331.26 g; W tym cukry: 90.15 g; Blonnik pok.: 22.35 g; Sól: 7.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- ORL 3/ML Łatwostrawna z ogr.tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.latwo przysy wegł i z ogr.tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.latwo przysywalnych wegłowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.latwo przysywalnych wegłowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska
Śniadanie	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 60g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100g Sałata lodowa 10g Sałatka owocowa (banan, brzoskwinia,jabłko) 150g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 60g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100g Sałata lodowa 10g Banan 150g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Napój owsiany bez cukru 0.33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem * 100g Sałata lodowa 10g Banan 150g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 60g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100g Sałata lodowa 10g Jabłko pieczone 150g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 60g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100g Sałata lodowa 10g Jabłko pieczone 150g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 60g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Sałata lodowa 10g Pomidor 100g Gruszka 150g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Szynka zapiekana wierzpowa, wędzona, parz. z dod. wody 60g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100g Sałata lodowa 10g Sałatka owocowa (banan, brzoskwinia,jabłko) 150g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Ser żółty 50g (MLE) Pomidor 100g Sałata lodowa 10g Sałatka owocowa (banan, brzoskwinia,jabłko) 150g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
II SN				Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z ziołami 60g (MLE) Pomidor 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z ziołami 60g (MLE) Ogórek kiszony 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Twarożek z ziołami 60g (MLE) Pomidor 30g		
Obiad	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL) Szarpana wołovina 100g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL) Szarpana wołovina 100g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Marchew gotowana z olejem* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL) Szarpana wołovina 100g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Marchew gotowana z olejem* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL) Szarpana wołovina 100g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL) Mieso wierzpowe mielone w sosie wli 100g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane puree 180g (MLE) Dyńka pieczona z natką pietruszki 150g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Koperkowa z ryżem brązowym* 400 ml (MLE, SEL) Szarpana wołovina 100g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL) Szarpana wołovina 100g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Koperkowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL) Knedle z truskawkami * 300g (GLU PSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 80g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml
PD					Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 70g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50g (SOJ) Ser mozzarella kulki 35g (MLE) Pomidor 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50g (SOJ) Ser mozzarella kulki 35g (MLE) Pomidor 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50g (SOJ) Buraczki gotowane plastry 100g Pomidor 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50g (SOJ) Ser mozzarella kulki 35g (MLE) Pomidor 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielony Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50g (SOJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 40g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50g (SOJ) Ser mozzarella kulki 35g (MLE) Sałata wiosenna 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Schab Pieczony wierzpowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50g (SOJ) Ser mozzarella kulki 35g (MLE) Pomidor 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Pasztet z soczewicy * 100g (JAJ) Sałata wiosenna 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt Podpiłomyki b/c 30g (GLU PSZ, MLE)		Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt Chrupki kukurydziane 20g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z soczewicy * 60g (JAJ) Pomidor 30g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt Podpiłomyki b/c 30g (GLU PSZ, MLE)	
	Wartość energetyczna: 2287.26 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 343.10 g; W tym cukry: 77.39 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2195.03 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 340.97 g; W tym cukry: 87.36 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 2020.62 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 40.45 g; Kw. tł. nasy.: 8.96 g; Węglowodany ogółem: 338.96 g; W tym cukry: 95.08 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2092.09 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 61.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.87 g; Węglowodany ogółem: 290.49 g; W tym cukry: 46.80 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sól: 11.29 g;	Wartość energetyczna: 2244.27 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz: 78.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 292.78 g; W tym cukry: 44.37 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sól: 10.80 g;	Wartość energetyczna: 2219.92 kcal; Białko ogółem: 119.27 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 310.54 g; W tym cukry: 51.46 g; Błonnik pok.: 43.90 g; Sól: 10.37 g;	Wartość energetyczna: 2660.61 kcal; Białko ogółem: 124.92 g; Tłuszcz: 77.19 g; Kw. tł. nasy.: 39.13 g; Węglowodany ogółem: 386.89 g; W tym cukry: 86.78 g; Błonnik pok.: 30.03 g; Sól: 11.07 g;	Wartość energetyczna: 2692.35 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 78.26 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 434.30 g; W tym cukry: 76.71 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 6.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- ORL 3/ML Łatwostrawna z ogr.tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.łatwo przysw i z ogr.tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska
Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Szyrkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Tofu 50g (SOJ) Pomidor 100g Mix салат 10g Kakao z mlekiem b/c 300ml (MLE) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyrkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Pomidor 100g Mix салат 10g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyrkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL) Mix салат 10g Kawa czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyrkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Pomidor 100g Mix салат 10g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szyrkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL) Mix салат 10g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyrkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Tofu 50g (SOJ) Pomidor 100g Mix салат 10g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Szyrkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Tofu 50g (SOJ) Pomidor 100g Mix салат 10g Kakao z mlekiem b/c 300ml (MLE) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Szyrkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Tofu 50g (SOJ) Pomidor 100g Mix салат 10g Kakao z mlekiem b/c 300ml (MLE) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30g Pomidor 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielony filet z kurczaka z marchewką 30g Pomidor 30g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus z ciecierzycy 60g Ogórek kiszony 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Filet z kurczaka gotowany 30g Pomidor 30g	
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL) Mięso drobiowe mielone w sosie w/l 100g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane puree 180g (MLE) Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL) Kotlety sojowe panierowane 100g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	
Kolacja	Chleb Graham 60g (GLU PSZ) Bułka pszenna długa krojona 60g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Pasta z twarogu waniliowa 100g (MLE) Jabłko 150g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Dżem 25g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu waniliowa 100g (MLE) Jabłko pieczone 150g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Dżem 25g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 120g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 60g Jabłko pieczone 150g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Dżem 25g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100g (MLE) Jabłko pieczone 150g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 100g (MLE) Jabłko pieczone 150g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100g (MLE) Jabłko 150g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Pasta z twarogu waniliowa 100g (MLE) Jabłko 150g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Dżem 25g 1 szt	Chleb Graham 60g (GLU PSZ) Bułka pszenna długa krojona 60g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15g (MLE) Pasta z twarogu waniliowa 100g (MLE) Jabłko 150g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Dżem 25g 1 szt
	PN	Chalka 50g (GLU PSZ, JAJ, MLE)		Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30g Pomidor 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielony Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30g Pomidor 30g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30g Rzodkiew biała 30g	Chalka 50g (GLU PSZ, JAJ, MLE)
	Wartość energetyczna: 2317.09 kcal; Białko ogółem: 113.45 g; Tłuszcz: 71.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 322.80 g; W tym cukry: 80.64 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2092.96 kcal; Białko ogółem: 106.88 g; Tłuszcz: 44.70 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; Węglowodany ogółem: 330.78 g; W tym cukry: 80.94 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2037.39 kcal; Białko ogółem: 105.70 g; Tłuszcz: 43.04 g; Kw. tł. nasy.: 8.53 g; Węglowodany ogółem: 326.20 g; W tym cukry: 68.80 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 1995.43 kcal; Białko ogółem: 116.23 g; Tłuszcz: 53.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 282.87 g; W tym cukry: 48.19 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2105.08 kcal; Białko ogółem: 109.14 g; Tłuszcz: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 293.71 g; W tym cukry: 50.22 g; Błonnik pok.: 30.68 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2141.41 kcal; Białko ogółem: 118.59 g; Tłuszcz: 72.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 285.67 g; W tym cukry: 49.37 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2659.88 kcal; Białko ogółem: 129.55 g; Tłuszcz: 83.69 g; Kw. tł. nasy.: 37.51 g; Węglowodany ogółem: 364.90 g; W tym cukry: 81.44 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2446.05 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 78.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 361.78 g; W tym cukry: 82.11 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 5.11 g;

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- ORL 3/ML Łatwostrawna z ogr.tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węgł i z ogr.tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zapiekana wędziona, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wędziona, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na napoju sojowym 300 ml (SOJ, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (SOJ.) Dymna z wody 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wędziona, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielona Szynkowa zapiekana wędziona, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wędziona, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Rzodkiewka 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zapiekana wędziona, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielona Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ.) Pomidor 30 g	
Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Sos budyniowy o smaku śmietankowym z/c 80 ml (MLE.) Mus z jabłek prażonych 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez kalafiora) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Mus z jabłek prażonych 200 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym z/c 80 ml (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez kalafiora) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez kalafiora) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Mięso wędziane mielone w sosie w/ 100 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Mus z jabłek prażonych 200 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym z/c 80 ml (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielona Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
	PN	Sok tioczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielony filet z kurczaka z marchewką 30 g Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 30 g	Sok tioczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Wartość energetyczna: 2571.72 kcal; Białko ogółem: 87.87 g; Tłuszcz: 62.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 425.83 g; W tym cukry: 124.08 g; Błonnik pok.: 20.16 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2471.92 kcal; Białko ogółem: 90.41 g; Tłuszcz: 50.02 g; Kw. tł. nasy.: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 424.83 g; W tym cukry: 124.90 g; Błonnik pok.: 18.18 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2074.94 kcal; Białko ogółem: 97.93 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 8.91 g; Węglowodany ogółem: 311.12 g; W tym cukry: 51.64 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 1955.94 kcal; Białko ogółem: 100.50 g; Tłuszcz: 58.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 277.20 g; W tym cukry: 37.68 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 10.83 g;	Wartość energetyczna: 2088.32 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 283.66 g; W tym cukry: 38.58 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sól: 10.75 g;	Wartość energetyczna: 2170.57 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 76.06 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; Węglowodany ogółem: 309.54 g; W tym cukry: 48.74 g; Błonnik pok.: 53.12 g; Sól: 10.00 g;	Wartość energetyczna: 2508.97 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 373.28 g; W tym cukry: 83.04 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sól: 10.41 g;	Wartość energetyczna: 2748.00 kcal; Białko ogółem: 77.53 g; Tłuszcz: 80.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 442.77 g; W tym cukry: 126.10 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sól: 6.89 g;

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- ORL 3/ML Łatwostrawna z ogr.tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.łatwo przysw. w i z ogr.tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na napoju sojowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 60 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielony Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Hummus z ciecierzycy. 100 g Pomidorki koktajlowe 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielony schab z marchewką 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Słupki z marchewki 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 30 g	
Obiad	Solferino* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki gotowane puree 180 g (<u>MLE</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki gotowane puree 180 g (<u>MLE</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasotto wegetariańskie z tofu* 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>)			Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś)** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Ser mozzarella kulki 5 szt. 35 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (Łosoś)** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Ser mozzarella kulki 5 szt. 35 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś)** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (Łosoś)** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Ser mozzarella kulki 5 szt. 35 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś)** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (Łosoś)** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Ser mozzarella kulki 5 szt. 35 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś)** 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Ser mozzarella kulki 5 szt. 35 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś)** 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobiona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 30 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobiona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobiona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobiona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobiona, wędzona, parzona 30 g Rzodkiew biała rozdrobiona 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2541.33 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 75.60 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 372.86 g; W tym cukry: 57.89 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2550.22 kcal; Białko ogółem: 120.70 g; Tłuszcz: 66.96 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 385.63 g; W tym cukry: 60.54 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2434.55 kcal; Białko ogółem: 116.22 g; Tłuszcz: 58.54 g; Kw. tł. nasy.: 12.65 g; Węglowodany ogółem: 381.07 g; W tym cukry: 48.57 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2285.18 kcal; Białko ogółem: 116.42 g; Tłuszcz: 71.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 317.51 g; W tym cukry: 28.98 g; Błonnik pok.: 29.85 g; Sól: 9.08 g;	Wartość energetyczna: 2186.14 kcal; Białko ogółem: 108.70 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 309.34 g; W tym cukry: 29.31 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2432.09 kcal; Białko ogółem: 116.36 g; Tłuszcz: 84.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 348.31 g; W tym cukry: 35.58 g; Błonnik pok.: 51.25 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2956.52 kcal; Białko ogółem: 127.40 g; Tłuszcz: 92.35 g; Kw. tł. nasy.: 43.35 g; Węglowodany ogółem: 426.63 g; W tym cukry: 78.34 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2567.57 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 83.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 383.23 g; W tym cukry: 66.58 g; Błonnik pok.: 40.19 g; Sól: 5.47 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- ORL 3/ML Łatwostrawna z ogr.tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.łatwo przysw. i z ogr.tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na napój sojowym 300 ml (SOJ) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielony Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszetlet sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielony Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ) Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ) Papryka świeża 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ) Pomidor 30 g	
Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymna duszona z marchewką* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymna duszona* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mieso drobiowe mielone w sosie wł 100 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE) Dymna duszona* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Salata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymna duszona z marchewką* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymna duszona z marchewką* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Placki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Salata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml						
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) mielona Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Stupki z marchewki 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Dżem 25 g 1 szt Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Stupki z marchewki 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyknowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szyknowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyknowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)
	Wartość energetyczna: 2162.72 kcal; Białko ogółem: 107.78 g; Tłuszcz: 48.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 336.51 g; W tym cukry: 57.55 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2068.52 kcal; Białko ogółem: 110.93 g; Tłuszcz: 36.04 g; Kw. tł. nasy.: 10.57 g; Węglowodany ogółem: 336.18 g; W tym cukry: 58.81 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 2012.89 kcal; Białko ogółem: 112.33 g; Tłuszcz: 37.46 g; Kw. tł. nasy.: 7.78 g; Węglowodany ogółem: 318.99 g; W tym cukry: 48.07 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 1899.45 kcal; Białko ogółem: 103.99 g; Tłuszcz: 43.72 g; Kw. tł. nasy.: 11.36 g; Węglowodany ogółem: 290.09 g; W tym cukry: 32.62 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2057.68 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz: 62.16 g; Kw. tł. nasy.: 13.60 g; Węglowodany ogółem: 295.88 g; W tym cukry: 32.80 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sól: 9.08 g;	Wartość energetyczna: 1845.47 kcal; Białko ogółem: 100.85 g; Tłuszcz: 49.48 g; Kw. tł. nasy.: 10.95 g; Węglowodany ogółem: 284.30 g; W tym cukry: 36.28 g; Błonnik pok.: 36.32 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2580.73 kcal; Białko ogółem: 121.25 g; Tłuszcz: 63.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.34 g; Węglowodany ogółem: 396.95 g; W tym cukry: 90.83 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 2474.78 kcal; Białko ogółem: 73.39 g; Tłuszcz: 97.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 343.14 g; W tym cukry: 61.15 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 6.26 g;

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- ORL 3/ML Łatwostrawna z ogr.tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.latwo przysw. węgł i z ogr.tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyzka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 5 szt. 35 g (MLE) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyzka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 5 szt. 35 g (MLE) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 300 ml (SOJ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyzka debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 60 g Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Dżem 25 g 1 szt Herbata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyzka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 5 szt. 35 g (MLE) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szyzka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g (może zawierać: MLE, GOR.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Serek taragony termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyzka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g (może zawierać: MLE, GOR.) Opórek kiszony 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szyzka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser mozzarella kulki 5 szt. 35 g (MLE) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE) Ser mozzarella kulki 5 szt. 35 g (MLE) Opórek kiszony 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60g (MLE) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarówek 60g (MLE) Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60g (MLE) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 60g (MLE) Pomidor 30 g	
Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surowka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surowka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielony Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	
	PN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyzka z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyzka z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyzka z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szyzka z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z soczewicy () 60 g (JAJ.) Papryka świeża 30 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyzka z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Pasztet z soczewicy () 60 g (JAJ.)
	Wartość energetyczna: 2358.15 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 75.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.74 g; Węglowodany ogółem: 332.99 g; W tym cukry: 51.29 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2240.25 kcal; Białko ogółem: 102.52 g; Tłuszcz: 60.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 332.60 g; W tym cukry: 52.37 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2249.27 kcal; Białko ogółem: 97.38 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.67 g; Węglowodany ogółem: 352.57 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 1946.82 kcal; Białko ogółem: 94.52 g; Tłuszcz: 62.78 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; Węglowodany ogółem: 268.01 g; W tym cukry: 25.89 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 1961.76 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 65.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 267.39 g; W tym cukry: 23.57 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 10.41 g;	Wartość energetyczna: 2151.69 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 82.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 293.11 g; W tym cukry: 37.34 g; Błonnik pok.: 43.95 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 2682.73 kcal; Białko ogółem: 119.17 g; Tłuszcz: 86.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.32 g; Węglowodany ogółem: 373.44 g; W tym cukry: 54.15 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2732.98 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 111.58 g; Kw. tł. nasy.: 56.74 g; Węglowodany ogółem: 361.25 g; W tym cukry: 60.12 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 9.32 g;

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- ORL 3/MŁ Łatwostrawna z ogr.tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.łatwo przysw. i z ogr.tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomarańcza 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na napoju sojowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Dżem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Pomarańcza 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomarańcza 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Pomarańcza 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Dżem 25 g 1 szt
	II SN			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielony Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielony Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielony Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 30 g	
Obiad	Krem z białych warzyw- dieta 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z białych warzyw- dieta 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLU PSZ</u>)	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLU PSZ</u>)	Krem z białych warzyw- dieta 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z białych warzyw- dieta 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane puree 180 g (<u>MLE</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z białych warzyw- dieta 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka żydowska z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z białych warzyw- dieta 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z białych warzyw- dieta 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLU PSZ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 30 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Wartość energetyczna: 2346.88 kcal; Białko ogółem: 100.89 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 347.76 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2325.85 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz: 63.13 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; Węglowodany ogółem: 348.54 g; W tym cukry: 84.14 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2171.17 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz: 49.67 g; Kw. tł. nasy.: 8.09 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; W tym cukry: 69.29 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2127.57 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.63 g; Węglowodany ogółem: 286.30 g; W tym cukry: 34.64 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 10.77 g;	Wartość energetyczna: 1915.25 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 60.30 g; Kw. tł. nasy.: 11.93 g; Węglowodany ogółem: 273.18 g; W tym cukry: 33.96 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 1992.35 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 71.34 g; Kw. tł. nasy.: 12.30 g; Węglowodany ogółem: 281.33 g; W tym cukry: 38.36 g; Błonnik pok.: 39.50 g; Sól: 11.38 g;	Wartość energetyczna: 2675.39 kcal; Białko ogółem: 115.13 g; Tłuszcz: 84.71 g; Kw. tł. nasy.: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 386.30 g; W tym cukry: 82.92 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 2333.47 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 77.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 331.30 g; W tym cukry: 72.77 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 8.90 g;

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- ORL 3/ML Łatwostrawna z ogr.tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.latwo przysw. węgł i z ogr.tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska
Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wiewprzowego 50g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta warzywna* 100g (SEL) Salata lodowa 10g Banan 150g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wiewprzowego 50g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta warzywna* 100g (SEL) Salata lodowa 10g Banan 150g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60g Pasta warzywna* 100g (SEL) Salata lodowa 10g Banan 150g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wiewprzowego 50g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta warzywna* 100g (SEL) Salata lodowa 10g Jabłko pieczone 150g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielony Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wiewprzowego 50g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta warzywna* 100g (SEL) Salata lodowa 10g Jabłko pieczone 150g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wiewprzowego 50g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Rzodkiewka 100g Salata lodowa 10g Jabłko 150g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wiewprzowego 50g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta warzywna* 100g (SEL) Salata lodowa 10g Banan 150g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE) Ser żółty 50g (MLE) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pasta warzywna* 100g (SEL) Salata lodowa 10g Banan 150g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60g (MLE) Pomidor 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg 60g (MLE) Pomidor 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60g (MLE) Pomidor 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Twaróg półtłusty 60g (MLE) Pomidor 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10g (MLE) Twaróg półtłusty 60g (MLE) Pomidor 30g
Obiad	Selerowa z ziemniakami* 400ml (MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150g (GLU PSZ, SEL.) Kuski śląskie* 180g (JAJ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami* 400ml (MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150g (GLU PSZ, SEL.) Kuski śląskie* 180g (JAJ.) Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400ml (SEL.) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150g (GLU PSZ, SEL.) Kuski śląskie* 180g (JAJ.) Ziemniaki gotowane 180g Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami* 400ml (MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180g Cukinia pieczona z olejem* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami* 400ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 100g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 180g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami* 400ml (MLE, SEL.) Gulasz z soczewicy i papryki () 150g (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 180g Salatka szwedzka z olejem b/c 200g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami* 400ml (MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150g (GLU PSZ, SEL.) Kuski śląskie* 180g (JAJ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Selerowa z ziemniakami* 400ml (MLE, SEL.) Gulasz z soczewicy i papryki () 150g (GLU PSZ, SEL.) Kuski śląskie* 180g (JAJ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml
	PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Herbatniki 30g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15g (MLE) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100g (SEL.) Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 20g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 100g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100g (SEL.) Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 20g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 100g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20g Salatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100g (SEL.) Dynia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ.) Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100g (SEL.) Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 20g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielona Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100g (SEL.) Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 20g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15g (MLE) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny z olejem 100g (SEL.) Szynka zapiekana wiewprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 20g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15g (MLE) Salatka z brokiem, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem 150g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30g (SOJ) Pomidor 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30g (SOJ) Pomidor 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt mielony Schab Pieczony wiewprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2585.97 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 96.42 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 368.24 g; W tym cukry: 104.76 g; Błonnik pok.: 32.83 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2434.26 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 366.91 g; W tym cukry: 109.47 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 6.65 g;	Wartość energetyczna: 2321.76 kcal; Białko ogółem: 77.31 g; Tłuszcz: 66.70 g; Kw. tł. nasy.: 12.38 g; Węglowodany ogółem: 370.35 g; W tym cukry: 107.88 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2284.49 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 89.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 298.12 g; W tym cukry: 55.73 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2243.58 kcal; Białko ogółem: 103.99 g; Tłuszcz: 80.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 295.99 g; W tym cukry: 53.02 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 2335.21 kcal; Białko ogółem: 95.32 g; Tłuszcz: 90.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 325.13 g; W tym cukry: 56.59 g; Błonnik pok.: 47.19 g; Sól: 10.67 g;	Wartość energetyczna: 3003.76 kcal; Białko ogółem: 98.93 g; Tłuszcz: 111.39 g; Kw. tł. nasy.: 42.83 g; Węglowodany ogółem: 424.71 g; W tym cukry: 117.71 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2694.71 kcal; Białko ogółem: 77.64 g; Tłuszcz: 105.61 g; Kw. tł. nasy.: 44.00 g; Węglowodany ogółem: 382.57 g; W tym cukry: 104.59 g; Błonnik pok.: 37.82 g; Sól: 5.85 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- ORL 2 Łatwostrawna	W-wa- ORL 3 Łatwostrawna z ogr.tłuszczu	W-wa- ORL 3/ML Łatwostrawna z ogr.tłuszczu bezmleczna	W-wa- ORL 6/3 Z ogr.łatwo przysw. i z ogr.tłuszczów (cukrzyca wątrobowa)	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/mielona	W-wa- ORL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ORL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- ORL WE Wegetariańska
Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jabłko 150 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielony Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Jabłko 150 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 100 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Jabłko 150 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II Szt			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 30 g	
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mizera 200 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Zapiekanek z ziemniaków i warzyw* 300 g (JAJ, MLE, SEL) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Mizera 200 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)				
Kolacja	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (MLE) Mielona Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata z pomidorów i koperku 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
	PN	Bułka maślana b/ml 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, może zawierać: SOJ, SEZ, GLU OW) Dzem 25 g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Pomidor 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mielony Schab gotowany 30 g Pomidor 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab gotowany 30 g Rzepa biała 30 g	Bułka maślana b/ml 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, może zawierać: SOJ, SEZ, GLU OW) Dzem 25 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2528.39 kcal; Białko ogółem: 124.54 g; Tłuszcz: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 334.12 g; W tym cukry: 81.43 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2519.67 kcal; Białko ogółem: 120.21 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 346.96 g; W tym cukry: 88.01 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2298.77 kcal; Białko ogółem: 113.03 g; Tłuszcz: 64.06 g; Kw. tł. nasy.: 11.26 g; Węglowodany ogółem: 336.18 g; W tym cukry: 71.82 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 8.50 g;	Wartość energetyczna: 2420.07 kcal; Białko ogółem: 132.54 g; Tłuszcz: 86.53 g; Kw. tł. nasy.: 19.93 g; Węglowodany ogółem: 299.46 g; W tym cukry: 50.45 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2371.86 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 86.92 g; Kw. tł. nasy.: 20.22 g; Węglowodany ogółem: 300.45 g; W tym cukry: 51.05 g; Błonnik pok.: 29.27 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 2178.97 kcal; Białko ogółem: 126.42 g; Tłuszcz: 72.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 292.10 g; W tym cukry: 53.76 g; Błonnik pok.: 38.81 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2882.38 kcal; Białko ogółem: 139.30 g; Tłuszcz: 87.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 372.68 g; W tym cukry: 82.41 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2408.20 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 345.08 g; W tym cukry: 94.28 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sól: 5.40 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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