

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ VIII Papkowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g (SEL) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 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% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Ser mozzarella 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g (SEL) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Dżem 50 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Dżem 50 g Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL) Marchew gotowana z olejem 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne 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% 10 g (MLE) Dżem 50 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella 50 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella 50 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser mozzarella 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g		Sok jabłkowy 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser mozzarella 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g		Sok jabłkowy 150 ml
Obiad	Dyniowa z ziemniakami*(t) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie z tofu* 350 g (SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*(t) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 170 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Jabłka prażone b/c 70 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*(t) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie z tofu* 350 g (SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*(t) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 170 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Jabłka prażone b/c 70 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*(t) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 170 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Jabłka prażone b/c 70 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*(t) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 170 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Jabłka prażone b/c 70 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*(t) 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 170 g Pupiet mięsno-warzywny* (drobiowy) 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Jabłka prażone b/c 70 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)*(t) 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto wegetariańskie z tofu* 350 g (SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*(t) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie z tofu* 350 g (SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt		Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
Kolejca	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 50 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 50 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 50 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 50 g Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szpinak gotowany z olejem* 120 g (GLU PSZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 50 g Serek śmietankowy naturalny 80 g (MLE) Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 50 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osl.niejad 50 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	PN	Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Ser żółty 30 g (MLE) Sałata lodowa 5 g			Banan 1szt. 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2298.90 kcal; Białko ogółem: 78.53 g; Tłuszcz: 68.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 370.57 g; W tym cukry: 104.05 g; Błonnik pok.: 36.57 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 2200.50 kcal; Białko ogółem: 77.53 g; Tłuszcz: 59.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 357.25 g; W tym cukry: 104.92 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2303.10 kcal; Białko ogółem: 88.80 g; Tłuszcz: 88.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 329.90 g; W tym cukry: 46.47 g; Błonnik pok.: 44.84 g; Sól: 10.74 g;	Wartość energetyczna: 2147.20 kcal; Białko ogółem: 67.41 g; Tłuszcz: 49.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; W tym cukry: 124.56 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2382.08 kcal; Białko ogółem: 61.74 g; Tłuszcz: 57.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 422.49 g; W tym cukry: 133.58 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 2594.17 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.77 g; Węglowodany ogółem: 426.87 g; W tym cukry: 128.94 g; Błonnik pok.: 27.73 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 1995.24 kcal; Białko ogółem: 62.37 g; Tłuszcz: 42.63 g; Kw. tł. nasy.: 9.39 g; Węglowodany ogółem: 359.32 g; W tym cukry: 103.75 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2513.66 kcal; Białko ogółem: 90.06 g; Tłuszcz: 75.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 395.55 g; W tym cukry: 117.67 g; Błonnik pok.: 33.05 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2620.26 kcal; Białko ogółem: 91.12 g; Tłuszcz: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 431.41 g; W tym cukry: 118.07 g; Błonnik pok.: 41.63 g; Sól: 10.69 g;

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwa strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ VIII Pakpowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Poloznicza
Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej, 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 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% 10 g (MLE) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej, 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej, 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo, naturalny 50 g (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej, 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej, 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Dymna z wody 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka 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% 10 g (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej, 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor b/skórki 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej, 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej, 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
II SN			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata zielona 5 g		Kefir 2% tł 150 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g		Kefir 2% tł 150 ml (MLE)	
Obiad	Koperkowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka Coleslaw () 150 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 70 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 70 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pomidorowy 70 ml (GLU PSZ)	Koperkowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Cukinia pieczona (bez oleju) * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos pomidorowy 70 ml (GLU PSZ)	Koperkowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 70 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 250 ml (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 70 ml (GLU PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka Coleslaw () 150 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka Coleslaw () 150 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka Coleslaw () 150 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD			Kefir 2% tł 150 ml (MLE)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kefir 2% tł 150 ml (MLE)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
Kolejacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z białek z koperkiem 50 g (JAJ, MLE) Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Marchew gotowana z olejem 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)
PN	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)		Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Serek homo, naturalny 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g		Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)		Jabłko 1 szt 1 szt	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Wartość energetyczna: 2268.18 kcal; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 74.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 329.17 g; W tym cukry: 83.16 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 2133.56 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 303.80 g; W tym cukry: 78.18 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2125.49 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 53.83 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; Węglowodany ogółem: 290.43 g; W tym cukry: 46.10 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 11.34 g;	Wartość energetyczna: 2017.79 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; Tłuszcz: 72.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 292.70 g; W tym cukry: 68.37 g; Błonnik pok.: 19.73 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2200.42 kcal; Białko ogółem: 112.28 g; Tłuszcz: 56.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 329.23 g; W tym cukry: 100.93 g; Błonnik pok.: 17.29 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2432.71 kcal; Białko ogółem: 128.07 g; Tłuszcz: 72.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 340.88 g; W tym cukry: 89.12 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 1861.36 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz: 50.22 g; Kw. tł. nasy.: 11.81 g; Węglowodany ogółem: 280.61 g; W tym cukry: 67.29 g; Błonnik pok.: 32.42 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2495.32 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 374.25 g; W tym cukry: 119.60 g; Błonnik pok.: 29.20 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2537.92 kcal; Białko ogółem: 107.03 g; Tłuszcz: 76.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 392.75 g; W tym cukry: 112.54 g; Błonnik pok.: 40.78 g; Sól: 10.83 g;

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ VIII Papkowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
2026-03-18 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta 120 g (JAJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta 120 g (JAJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędziona, parzona 50 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 120 g	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędziona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (JAJ, MLE) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędziona, parzona 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 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% 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta 120 g (JAJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędziona, parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta 120 g (JAJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędziona, parzona 50 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		II ŚN		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata lodowa 5 g		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata lodowa 5 g		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)
2026-03-18 środa	Obiad	Krem z selera z ziemniakami*() 250 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 70 ml (GLU PSZ, MLE) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z selera z ziemniakami*() 250 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 70 ml (GLU PSZ, MLE) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z selera z ziemniakami*() 250 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 70 ml (GLU PSZ, MLE) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z selera z ziemniakami*() 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 70 ml (GLU PSZ, MLE) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z selera z ziemniakami*() 250 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 70 ml (GLU PSZ, MLE) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 250 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 70 ml (GLU PSZ, MLE) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z selera z ziemniakami*() 250 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 70 ml (GLU PSZ, MLE) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z selera z ziemniakami*() 250 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 70 ml (GLU PSZ, MLE) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
		PD		Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)		Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)		Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)		Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)
2026-03-18 środa	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Twarożek 50 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 50 g (RYB, SEL.) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
		PN	Sok marchwiowy 200 ml	Sok marchwiowy 200 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędziona, parzona 30 g Sałata zielona 5 g		Sok marchwiowy 200 ml		Sok marchwiowy 200 ml		Sok marchwiowy 200 ml
		Wartość energetyczna: 2074.99 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 54.18 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 325.95 g; W tym cukry: 81.18 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sól: 4.78 g;	Wartość energetyczna: 2101.01 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 53.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 325.73 g; W tym cukry: 79.43 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 5.22 g;	Wartość energetyczna: 2195.70 kcal; Białko ogółem: 120.76 g; Tłuszcz: 69.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 311.46 g; W tym cukry: 48.35 g; Błonnik pok.: 41.63 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2105.16 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 53.43 g; Kw. tł. nasy.: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 308.91 g; W tym cukry: 80.26 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 2263.15 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 335.72 g; W tym cukry: 90.07 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2416.38 kcal; Białko ogółem: 111.41 g; Tłuszcz: 66.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 362.84 g; W tym cukry: 83.78 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 1847.82 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz: 47.70 g; Kw. tł. nasy.: 11.49 g; Węglowodany ogółem: 289.34 g; W tym cukry: 77.24 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 2341.49 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 62.26 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 360.63 g; W tym cukry: 98.98 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sól: 5.21 g;	Wartość energetyczna: 2411.79 kcal; Białko ogółem: 121.66 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; Węglowodany ogółem: 372.76 g; W tym cukry: 91.42 g; Błonnik pok.: 40.38 g; Sól: 6.84 g;

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółądkowa	SG- KCZ VIII Pakowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
2026-03-19 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE) Sałatka z pomidora i salaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 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% 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Twarożek 50 g (MLE) Sałatka z pomidora i salaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE) Sałatka z pomidora i salaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g Pomidor b/śkórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (MLE) Seler z pietruszką gotowany z olejem (l) 120 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 2 [Por]x 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka z pomidora i salaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Twarożek 50 g (MLE) Sałatka z pomidora i salaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Twarożek 50 g (MLE) Sałatka z pomidora i salaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wiewprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Twarożek 50 g (MLE) Sałatka z pomidora i salaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		II ŚN		Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Sałata lodowa 5 g		Maślanka 150 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Sałata lodowa 5 g		Maślanka 150 ml (MLE)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Sałata lodowa 5 g
Obiad	Ziemniaczana * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 170 g Gulasz węgierski-wieprzowy 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 170 g Gulasz wieprzowy-dieta 200 g (GLU PSZ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 170 g Gulasz węgierski-wieprzowy 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 170 g Gulasz wieprzowy-dieta 200 g (GLU PSZ.) Seler z pietruszką gotowany (bez oleju) 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 170 g Gulasz wieprzowy-dieta 200 g (GLU PSZ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 170 g Gulasz węgierski-wieprzowy 200 g (GLU PSZ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 170 g Gulasz węgierski-wieprzowy 200 g (GLU PSZ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 170 g Gulasz węgierski-wieprzowy 200 g (GLU PSZ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 170 g Gulasz węgierski-wieprzowy 200 g (GLU PSZ.) Seler z pietruszką gotowany z olejem (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD		Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)		Chrupki kukurydziane 30 g		Chrupki kukurydziane 30 g		Chrupki kukurydziane 30 g	
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pasta warzywna* 120 g (SEL.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pasta warzywna* 120 g (SEL.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pasta warzywna* 120 g (SEL.) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pasta warzywna* 120 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Dżem 50 g Pasta warzywna* 120 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pasta warzywna* 120 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pasta warzywna* 120 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pasta warzywna* 120 g (SEL.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pasta warzywna* 120 g (SEL.) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (MLE)	
	PN	Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g		Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2419.69 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 93.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 311.27 g; W tym cukry: 77.29 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2445.87 kcal; Białko ogółem: 108.59 g; Tłuszcz: 88.39 g; Kw. tł. nasy.: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 321.30 g; W tym cukry: 79.57 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2537.64 kcal; Białko ogółem: 123.04 g; Tłuszcz: 109.34 g; Kw. tł. nasy.: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g; W tym cukry: 33.46 g; Błonnik pok.: 41.57 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 2313.44 kcal; Białko ogółem: 106.05 g; Tłuszcz: 81.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 305.98 g; W tym cukry: 68.66 g; Błonnik pok.: 26.68 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2549.33 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 76.95 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 386.78 g; W tym cukry: 97.39 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 2787.23 kcal; Białko ogółem: 123.96 g; Tłuszcz: 97.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.50 g; Węglowodany ogółem: 374.00 g; W tym cukry: 83.83 g; Błonnik pok.: 32.35 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2214.85 kcal; Białko ogółem: 117.35 g; Tłuszcz: 65.61 g; Kw. tł. nasy.: 14.61 g; Węglowodany ogółem: 343.96 g; W tym cukry: 74.54 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 2604.62 kcal; Białko ogółem: 117.35 g; Tłuszcz: 90.96 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; Węglowodany ogółem: 355.73 g; W tym cukry: 90.38 g; Błonnik pok.: 36.71 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2808.22 kcal; Białko ogółem: 123.24 g; Tłuszcz: 97.06 g; Kw. tł. nasy.: 34.73 g; Węglowodany ogółem: 402.25 g; W tym cukry: 83.93 g; Błonnik pok.: 47.10 g; Sól: 9.00 g;	

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółądkowa	SG- KCZ VIII Papkowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella 50 g (MLE) Dżem 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella 50 g (MLE) Dżem 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabliko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella 50 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Ser mozzarella 50 g (MLE) Dżem 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabliko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella 50 g (MLE) Dżem 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabliko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella 50 g (MLE) Dżem 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Dżem 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella 50 g (MLE) Dżem 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella 50 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt
II SNI			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g		Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g		Chrupki kukurydziane 30 g	
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba smażona (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet rybny (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet rybny (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet rybny (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet rybny (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy (bez mleka) 70 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet rybny (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet rybny (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy* 70 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD			Kefir 2% tł 150 ml (MLE)			Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml
Kolejka	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pasta z białek z koperkiem 50 g (JAJ, MLE) Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z białek z koperkiem 50 g (JAJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor b/skórki 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)
PN	Marchew pieczona w słupki () 100 g		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g			Marchew pieczona w słupki () 100 g			
	Wartość energetyczna: 2295.55 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 69.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.83 g; Węglowodany ogółem: 345.80 g; W tym cukry: 109.28 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2194.04 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 61.96 g; Kw. tł. nasy.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 330.13 g; W tym cukry: 100.63 g; Błonnik pok.: 28.77 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2225.41 kcal; Białko ogółem: 122.83 g; Tłuszcz: 76.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 302.87 g; W tym cukry: 55.60 g; Błonnik pok.: 37.89 g; Sól: 10.50 g;	Wartość energetyczna: 2255.14 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 14.13 g; Węglowodany ogółem: 329.91 g; W tym cukry: 101.58 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2486.40 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 67.84 g; Kw. tł. nasy.: 17.20 g; Węglowodany ogółem: 389.49 g; W tym cukry: 126.81 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2600.58 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 69.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 406.57 g; W tym cukry: 138.75 g; Błonnik pok.: 33.21 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 1884.05 kcal; Białko ogółem: 82.77 g; Tłuszcz: 44.71 g; Kw. tł. nasy.: 9.03 g; Węglowodany ogółem: 307.99 g; W tym cukry: 135.34 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 2551.85 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw. tł. nasy.: 17.09 g; Węglowodany ogółem: 406.96 g; W tym cukry: 135.34 g; Błonnik pok.: 38.38 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2467.10 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 62.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.66 g; Węglowodany ogółem: 405.21 g; W tym cukry: 104.51 g; Błonnik pok.: 45.89 g; Sól: 10.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-16 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ VIII Papkowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza
Śniadanie	Platki jęczmieńne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Parówki "Basiuni" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonie niejadalnej 50 g (SEL) Ketchup 30 g (SEL) Ser żółty 40 g (MLE) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki jęczmieńne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor b/śkórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (MLE, GLU, JECZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor b/śkórki 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki jęczmieńne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor b/śkórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki jęczmieńne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Brokol gotowany* 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor b/śkórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Jajko gotowane ki tł 1 szt (JAJ.) Pomidor b/śkórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki jęczmieńne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Parówki "Basiuni" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonie niejadalnej 50 g (SEL) Ketchup 30 g (SEL) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki jęczmieńne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
II SNI			Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 30 g (SEL) Sałata zielona 5 g		Biszkopty b/ml 30 g (GLU, PSZ, JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g		Biszkopty b/ml 30 g (GLU, PSZ, JAJ.)	
Obiad	Kalaflorowa z ziemniakami * 250 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU, JECZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 70 ml (GLU, PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalaflorowa z ziemniakami * 250 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU, JECZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 70 ml (GLU, PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalaflorowa z ziemniakami * 250 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU, JECZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 70 ml (GLU, PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalaflorowa z ziemniakami * 250 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU, JECZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 70 ml (GLU, PSZ) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalaflorowa z ziemniakami * 250 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 70 ml (GLU, PSZ) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalaflorowa z ziemniakami * 250 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU, JECZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 70 ml (GLU, PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalaflorowa z ziemniakami (bez mleka)* 250 ml (GLU, PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU, JECZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 70 ml (GLU, PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalaflorowa z ziemniakami * 250 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU, JECZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 70 ml (GLU, PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU, JECZ.) Kalaflorowa z ziemniakami * 250 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 70 ml (GLU, PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD			Jabłko 1 szt 1 szt		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)
Kolejka	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Twarożek na słodko 50 g (MLE) Dymia duszona z marchewką * 120 g (GLU, PSZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dymia duszona z marchewką * 120 g (GLU, PSZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Twarożek 50 g (MLE) Dymia duszona z marchewką * 120 g (GLU, PSZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 50 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dymia z wody 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 50 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dymia duszona z marchewką * 120 g (GLU, PSZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 50 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Dymia duszona z marchewką * 120 g (GLU, PSZ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonie niejadalnej 50 g Dymia duszona z marchewką * 120 g (GLU, PSZ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Twarożek na słodko 50 g (MLE) Dymia duszona z marchewką * 120 g (GLU, PSZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Twarożek na słodko 50 g (MLE) Dymia duszona z marchewką * 120 g (GLU, PSZ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)
PN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobiony parzony w osłonie niejadalnej 30 g Sałata zielona 5 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2326.79 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 80.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 325.87 g; W tym cukry: 85.93 g; Błonnik pok.: 31.84 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 2125.87 kcal; Białko ogółem: 92.31 g; Tłuszcz: 58.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.27 g; Węglowodany ogółem: 325.47 g; W tym cukry: 82.77 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 2211.90 kcal; Białko ogółem: 100.08 g; Tłuszcz: 78.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 317.26 g; W tym cukry: 47.96 g; Błonnik pok.: 41.73 g; Sól: 11.21 g;	Wartość energetyczna: 1995.91 kcal; Białko ogółem: 93.91 g; Tłuszcz: 47.37 g; Kw. tł. nasy.: 14.20 g; Węglowodany ogółem: 311.03 g; W tym cukry: 107.93 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2345.36 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 54.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.63 g; Węglowodany ogółem: 372.45 g; W tym cukry: 107.93 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2586.54 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 75.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 389.21 g; W tym cukry: 112.93 g; Błonnik pok.: 28.55 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 1921.74 kcal; Białko ogółem: 73.08 g; Tłuszcz: 51.14 g; Kw. tł. nasy.: 11.04 g; Węglowodany ogółem: 309.29 g; W tym cukry: 83.53 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2540.21 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 65.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 382.51 g; W tym cukry: 110.93 g; Błonnik pok.: 31.88 g; Sól: 9.99 g;	Wartość energetyczna: 2492.88 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 65.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.83 g; Węglowodany ogółem: 409.54 g; W tym cukry: 100.87 g; Błonnik pok.: 39.50 g; Sól: 10.46 g;

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ VIII Papkowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g (SEL) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g (SEL) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Dymia z wody 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g (SEL) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 120 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g (SEL) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g (SEL) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g (SEL) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
II ŚN			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g		Sok jabłkowy 150 ml			Sok jabłkowy 150 ml	
Obiad	Szpinakowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka Coleslaw () 150 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Szpinakowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Roladka drobiowa z warzywami 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos jarzynowy * 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Szpinakowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Roladka drobiowa z warzywami 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos jarzynowy * 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Roladka drobiowa z warzywami 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos jarzynowy * 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona (bez oleju) * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Roladka drobiowa z warzywami 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos jarzynowy * 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Roladka drobiowa z warzywami 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos jarzynowy * 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Szpinakowa z makaronem (bez mleka) * 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Surówka Coleslaw () 150 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sernik 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Szpinakowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Roladka drobiowa z warzywami 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Surówka Coleslaw () 150 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Roladka drobiowa z warzywami 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Surówka Coleslaw () 150 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD			Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)		Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)			Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)	
Kolejka	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Marchew pieczona w słupki () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
PN	Wafle ryżowe 30 g		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Sałata zielona 5 g			Wafle ryżowe 30 g			
	Wartość energetyczna: 2267.87 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.00 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; W tym cukry: 75.77 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2164.40 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 58.16 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 328.65 g; W tym cukry: 67.05 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 1970.40 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 42.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 281.73 g; W tym cukry: 35.51 g; Błonnik pok.: 38.19 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 1945.95 kcal; Białko ogółem: 95.96 g; Tłuszcz: 42.99 g; Kw. tł. nasy.: 12.78 g; Węglowodany ogółem: 308.40 g; W tym cukry: 67.46 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2104.56 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 51.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 318.43 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 17.32 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2470.96 kcal; Białko ogółem: 114.74 g; Tłuszcz: 68.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 366.27 g; W tym cukry: 71.24 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 1792.53 kcal; Białko ogółem: 71.87 g; Tłuszcz: 44.26 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; Węglowodany ogółem: 294.38 g; W tym cukry: 67.78 g; Błonnik pok.: 24.17 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2423.87 kcal; Białko ogółem: 111.55 g; Tłuszcz: 72.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 357.47 g; W tym cukry: 89.57 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2267.22 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 57.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 376.41 g; W tym cukry: 90.36 g; Błonnik pok.: 40.04 g; Sól: 8.92 g;

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ VIII Papkowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza
Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 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% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 60 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 60 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 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% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g		Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g		Chrupki kukurydziane 30 g
Obiad	Grochowa z ziemniakami 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i serem zółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i selera b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i selera b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem zółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i selera b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Twaróg na siodko 100 g (<u>MLE</u>) Jabłka prażone b/c 70 g Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i selera b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z warzywami z tofu*-dieta BM 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i serem zółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i selera b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem zółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i selera b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 120 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 120 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 120 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z białek z koperkiem 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Buraczki gotowane 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 120 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 120 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)
	PN	Banan 1szt. 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł. 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wodyw.ost.niejad 30 g Sałata zielona 5 g		Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2480.28 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 81.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 365.43 g; W tym cukry: 101.26 g; Błonnik pok.: 31.81 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 2235.47 kcal; Białko ogółem: 92.33 g; Tłuszcz: 57.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 354.97 g; W tym cukry: 104.63 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2335.66 kcal; Białko ogółem: 108.30 g; Tłuszcz: 92.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 304.74 g; W tym cukry: 37.49 g; Błonnik pok.: 43.94 g; Sól: 11.46 g;	Wartość energetyczna: 2178.28 kcal; Białko ogółem: 84.39 g; Tłuszcz: 51.54 g; Kw. tł. nasy.: 13.32 g; Węglowodany ogółem: 359.82 g; W tym cukry: 113.40 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2363.55 kcal; Białko ogółem: 83.55 g; Tłuszcz: 44.91 g; Kw. tł. nasy.: 16.75 g; Węglowodany ogółem: 424.27 g; W tym cukry: 147.68 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 5.88 g;	Wartość energetyczna: 2615.45 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 64.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.90 g; Węglowodany ogółem: 423.17 g; W tym cukry: 136.19 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2053.21 kcal; Białko ogółem: 72.85 g; Tłuszcz: 50.94 g; Kw. tł. nasy.: 9.93 g; Węglowodany ogółem: 344.78 g; W tym cukry: 106.11 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2664.20 kcal; Białko ogółem: 96.42 g; Tłuszcz: 79.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 418.03 g; W tym cukry: 127.11 g; Błonnik pok.: 31.55 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2637.02 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 81.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 414.02 g; W tym cukry: 99.30 g; Błonnik pok.: 44.64 g; Sól: 10.71 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-16 do dnia 2026-03-29 KUCHNIA STAROGARD GDAŃSKI

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółądkowa	SG- KCZ VIII Pakowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 40 g (MLE) Pomidor 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 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% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 120 g	Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 40 g (MLE) Pomidor 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 120 g	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 120 g	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pasta warzywna* 120 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 120 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 120 g	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 40 g (MLE) Pomidor 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	II SN			Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)	
2026-03-24 wtorek	Obiad	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w jarzynach b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
										PD
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Sok pomarańczowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	
	PN	Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g	Chrupki kukurydziane 20 g						
		Wartość energetyczna: 1956.75 kcal; Białko ogółem: 99.40 g; Tłuszcz: 52.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 297.77 g; W tym cukry: 62.23 g; Błonnik pok.: 28.61 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 1894.70 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 40.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.06 g; Węglowodany ogółem: 287.82 g; W tym cukry: 64.51 g; Błonnik pok.: 21.30 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 1982.93 kcal; Białko ogółem: 109.58 g; Tłuszcz: 65.64 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 278.10 g; W tym cukry: 34.34 g; Błonnik pok.: 35.52 g; Sól: 11.11 g;	Wartość energetyczna: 1911.90 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 40.79 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; Węglowodany ogółem: 287.71 g; W tym cukry: 65.65 g; Błonnik pok.: 19.80 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2327.42 kcal; Białko ogółem: 122.27 g; Tłuszcz: 54.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 349.34 g; W tym cukry: 108.68 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2229.84 kcal; Białko ogółem: 122.60 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 331.76 g; W tym cukry: 74.77 g; Błonnik pok.: 24.71 g; Sól: 8.40 g;	Wartość energetyczna: 1644.66 kcal; Białko ogółem: 84.60 g; Tłuszcz: 30.04 g; Kw. tł. nasy.: 7.92 g; Węglowodany ogółem: 272.51 g; W tym cukry: 64.44 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2082.67 kcal; Białko ogółem: 100.46 g; Tłuszcz: 48.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 338.06 g; W tym cukry: 93.38 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2245.31 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 60.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 351.62 g; W tym cukry: 70.17 g; Błonnik pok.: 37.23 g; Sól: 10.71 g;

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółądkowa	SG- KCZ VIII Papkowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza
Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 40 g (MLE) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 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% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 40 g (MLE) Pomidor 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Pasta warzywna* 120 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Zacierka na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 40 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt
	II ŚN		Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g		Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
Obiad	Wielowarzynna z zacierką * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Śledź w śmietanie 120 g (JAJ, RYB, MLE, GOR.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Śledź w śmietanie 120 g (JAJ, RYB, MLE, GOR.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Seler z pietruszką gotowany (bez oleju) (l) 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką *(bez mleka) 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem (l) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Śledź w śmietanie 120 g (JAJ, RYB, MLE, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)		Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)	
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałatka jarzynowa z jaskiem dieta 100 g (JAJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałatka jarzynowa z jaskiem dieta 100 g (JAJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałatka jarzynowa z jaskiem dieta 100 g (JAJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (JAJ, MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałata jarzynowa z jaskiem dieta 100 g (JAJ, MLE, SEL.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sok pomarańczowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka jarzynowa z jaskiem dieta 100 g (JAJ, MLE, SEL.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka jarzynowa z olejem 100 g (SEL.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka jarzynowa z jaskiem dieta 100 g (JAJ, MLE, SEL.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka jarzynowa z jaskiem dieta 100 g (JAJ, MLE, SEL.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	PN	Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Sałata zielona 5 g		Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2107.90 kcal; Białko ogółem: 86.57 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 314.67 g; W tym cukry: 81.84 g; Błonnik pok.: 30.74 g; Sól: 12.36 g;	Wartość energetyczna: 2108.66 kcal; Białko ogółem: 95.00 g; Tłuszcz: 55.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 323.21 g; W tym cukry: 76.23 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sól: 9.97 g;	Wartość energetyczna: 2169.67 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 78.51 g; Kw. tł. nasy.: 31.42 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; W tym cukry: 51.58 g; Błonnik pok.: 41.79 g; Sól: 12.41 g;	Wartość energetyczna: 2162.97 kcal; Białko ogółem: 104.50 g; Tłuszcz: 59.28 g; Kw. tł. nasy.: 18.30 g; Węglowodany ogółem: 317.43 g; W tym cukry: 74.36 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2573.44 kcal; Białko ogółem: 109.15 g; Tłuszcz: 66.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 401.50 g; W tym cukry: 105.87 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2443.51 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 366.66 g; W tym cukry: 84.48 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 1932.08 kcal; Białko ogółem: 78.90 g; Tłuszcz: 53.83 g; Kw. tł. nasy.: 12.42 g; Węglowodany ogółem: 302.08 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 9.86 g;	Wartość energetyczna: 2271.06 kcal; Białko ogółem: 91.98 g; Tłuszcz: 57.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 372.14 g; W tym cukry: 109.28 g; Błonnik pok.: 31.33 g; Sól: 9.65 g;	Wartość energetyczna: 2340.09 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 72.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 366.99 g; W tym cukry: 82.27 g; Błonnik pok.: 39.34 g; Sól: 13.72 g;

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ VIII Papkowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza
Śniadanie	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska- wiewprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g (SEL) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 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% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska- wiewprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g (SEL) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska- wiewprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g (SEL) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska- wiewprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska- wiewprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 100 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska- wiewprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodk.wody.wp.osł.niejad 50 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska- wiewprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g (SEL) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska- wiewprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, JAJ, GOR.) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g (SEL) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE) Ogórek kiszony 30 g		Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE) Ogórek kiszony 30 g
Obiad	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (MLE, SEL) Makaron 170 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 200 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (MLE, SEL) Makaron 170 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 200 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 170 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 200 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona (bez oleju) () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (MLE, SEL) Makaron 170 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 200 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona (bez oleju) () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (MLE, SEL) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 200 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (MLE, SEL) Makaron 170 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 200 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 250 ml (SEL) Makaron 170 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 200 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (MLE, SEL) Makaron 170 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 200 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (MLE, SEL) Makaron 170 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 200 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml (MLE)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Marchew gotowana (bez oleju) () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Miód (25g) 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Marchew gotowana z olejem () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Pierś delikatna z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodk.wody.wp.osł.niejad 30 g Sałata zielona 5 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt
	Wartość energetyczna: 2295.48 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 346.65 g; W tym cukry: 89.78 g; Błonnik pok.: 40.85 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2229.24 kcal; Białko ogółem: 97.32 g; Tłuszcz: 68.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 326.18 g; W tym cukry: 83.86 g; Błonnik pok.: 30.86 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2296.92 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 82.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 327.47 g; W tym cukry: 51.43 g; Błonnik pok.: 51.67 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 2167.52 kcal; Białko ogółem: 100.05 g; Tłuszcz: 59.49 g; Kw. tł. nasy.: 15.28 g; Węglowodany ogółem: 326.06 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2455.51 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 66.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 374.35 g; W tym cukry: 108.94 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2651.45 kcal; Białko ogółem: 114.35 g; Tłuszcz: 79.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 389.97 g; W tym cukry: 114.07 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 1989.48 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz: 59.87 g; Kw. tł. nasy.: 11.66 g; Węglowodany ogółem: 305.66 g; W tym cukry: 67.79 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2562.88 kcal; Białko ogółem: 107.63 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 393.93 g; W tym cukry: 115.69 g; Błonnik pok.: 40.68 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2722.61 kcal; Białko ogółem: 111.18 g; Tłuszcz: 82.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 403.05 g; W tym cukry: 110.06 g; Błonnik pok.: 52.14 g; Sól: 9.58 g;

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółdkowa	SG- KCZ VIII Pakowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
2026-03-27 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL) Twarożek na słodko 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL) Twarożek na słodko 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożki 50 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL) Pomidor 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Twarożek na słodko 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL) Twarożek na słodko 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL) Twarożek na słodko 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 50 g (SEL) Twarożek na słodko 50 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Pomidor 30 g		Biskopki b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Pomidor 30 g		Biskopki b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)	
2026-03-27 piątek	Obiad	Brokułowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kotlet z ryby (Mintaj) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba gotowana (Mintaj) 100 g (RYB) Sos koperkowy * 70 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba gotowana (Mintaj) 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba gotowana (Mintaj) 100 g (RYB) Sos koperkowy * 70 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Brokułowa z makaronem (bez mleka) * 250 ml (GLU PSZ, SEL) Ryba gotowana (Mintaj) 100 g (RYB) Sos koperkowy *(bez mleka) 70 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kotlet z ryby (Mintaj) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z makaronem * 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kotlet z ryby (Mintaj) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
		PD		Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)		Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)		Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)		
2026-03-27 piątek	Kolacja	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g (GLU PSZ, SEL) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g (GLU PSZ, SEL) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g (GLU PSZ, SEL) Kawa zbożowa z młkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (JAJ, MLE) Seler z pietruszką gotowany (bez oleju) 120 g (GLU PSZ, SEL) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g (GLU PSZ, SEL) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g (GLU PSZ, SEL) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g (GLU PSZ, SEL) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 120 g (GLU PSZ, SEL) Kawa zbożowa z młkiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)
		PN	Salata zielona 5 g Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g	Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Salata zielona 5 g Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Ser żółty 20 g (MLE) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Salata zielona 5 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Salata zielona 5 g	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Salata zielona 5 g	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta warzywna* 30 g (SEL) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Salata zielona 5 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g
		Wartość energetyczna: 2462.33 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 71.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.17 g; Węglowodany ogółem: 373.19 g; W tym cukry: 99.67 g; Błonnik pok.: 32.57 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2225.82 kcal; Białko ogółem: 116.20 g; Tłuszcz: 51.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 344.41 g; W tym cukry: 98.29 g; Błonnik pok.: 27.65 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2080.37 kcal; Białko ogółem: 122.18 g; Tłuszcz: 63.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.60 g; Węglowodany ogółem: 298.87 g; W tym cukry: 46.32 g; Błonnik pok.: 44.06 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2285.39 kcal; Białko ogółem: 117.51 g; Tłuszcz: 47.90 g; Kw. tł. nasy.: 15.64 g; Węglowodany ogółem: 362.79 g; W tym cukry: 99.21 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2457.32 kcal; Białko ogółem: 127.88 g; Tłuszcz: 57.16 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 374.91 g; W tym cukry: 99.49 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2534.93 kcal; Białko ogółem: 132.97 g; Tłuszcz: 61.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 383.24 g; W tym cukry: 103.14 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2008.58 kcal; Białko ogółem: 97.02 g; Tłuszcz: 43.05 g; Kw. tł. nasy.: 10.76 g; Węglowodany ogółem: 329.13 g; W tym cukry: 99.67 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2673.83 kcal; Białko ogółem: 114.86 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 403.79 g; W tym cukry: 99.67 g; Błonnik pok.: 32.57 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2789.45 kcal; Białko ogółem: 115.74 g; Tłuszcz: 79.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 443.50 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 43.76 g; Sól: 8.79 g;

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółądkowa	SG- KCZ VIII Papkowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza	
2026-03-28 sobota	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Salatka z ryżu, brokułów i jajka 120 g (JAJ, MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Ogórek kiszony 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
				Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Pomidor 30 g		Sok marchwiowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Salata zielona 5 g		Sok marchwiowy 200 ml	
2026-03-28 sobota	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Barszcz czerwony z ziemniakami 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
				Kefir 2% tł 150 ml (MLE)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kefir 2% tł 150 ml (MLE)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
2026-03-28 sobota	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 50 g Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 50 g (MLE) Pasta warzywna () 50 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 50 g Pasta warzywna* 50 g (SEL.) Pomidor b/skórki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 50 g Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 50 g (MLE) Pomidor 120 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 5 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Mandarynka 1 szt		Mandarynka 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1774.81 kcal; Białko ogółem: 83.09 g; Tłuszcz: 42.11 g; Kw. tł. nasy.: 14.90 g; Węglowodany ogółem: 292.39 g; W tym cukry: 67.44 g; Błonnik pok.: 31.81 g; Sól: 9.34 g;	Wartość energetyczna: 2105.58 kcal; Białko ogółem: 87.30 g; Tłuszcz: 57.81 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 326.93 g; W tym cukry: 78.98 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2034.25 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 67.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; W tym cukry: 41.19 g; Błonnik pok.: 41.22 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 1953.80 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 40.92 g; Kw. tł. nasy.: 13.23 g; Węglowodany ogółem: 330.44 g; W tym cukry: 100.48 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2256.94 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 49.94 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; Węglowodany ogółem: 379.95 g; W tym cukry: 141.31 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2448.21 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 75.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 356.04 g; W tym cukry: 83.96 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 1730.97 kcal; Białko ogółem: 63.20 g; Tłuszcz: 41.74 g; Kw. tł. nasy.: 8.95 g; Węglowodany ogółem: 295.36 g; W tym cukry: 78.60 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2232.25 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 53.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.06 g; Węglowodany ogółem: 375.91 g; W tym cukry: 117.55 g; Błonnik pok.: 34.74 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2069.55 kcal; Białko ogółem: 92.56 g; Tłuszcz: 46.57 g; Kw. tł. nasy.: 17.13 g; Węglowodany ogółem: 357.95 g; W tym cukry: 77.57 g; Błonnik pok.: 42.60 g; Sól: 10.97 g;

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ V Wątrobowo-żółądkowa	SG- KCZ VIII Papkowata /Zmiksowana	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIV Bezmleczna	SG- KCZ XVIII Dziecięca 7-18 lat	SG- KCZ XIX Położnicza
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z soczewicy czerwonej 50 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Marchew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 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% 10 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Marchew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z soczewicy czerwonej 50 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Marchew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z soczewicy czerwonej 50 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Marchew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne 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) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Miód (25g) 1 szt Marchew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z soczewicy czerwonej 50 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Marchew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z soczewicy czerwonej 50 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Marchew pieczona w słupki () 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II ŚN			Chleb razowy pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata lodowa 5 g		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE) Sałata lodowa 5 g		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)
Obiad	Pomidorowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szyńska wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL) Kalańfort gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	Pomidorowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL) Kalańfort gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	Pomidorowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL) Szyńska wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalańfort gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalańfort gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalańfort gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	Pomidorowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalańfort gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 250 ml (SEL) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalańfort gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL) Szyńska wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalańfort gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	Pomidorowa z ryżem * 250 ml (MLE, SEL) Szyńska wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalańfort gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD			Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml (MLE)		Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE)	Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml (MLE)		Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml (MLE)	Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml (MLE)
Kolejka	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńska od Zduna-wędzonka wieprzowa, szyńska wędzona, parzona 20 g Jajecznicza z koperkiem KL M 80 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńska od Zduna-wędzonka wieprzowa, szyńska wędzona, parzona 20 g Jajecznicza z koperkiem KL M 80 g (JAJ, MLE) Pasta z cukinii i marchewki 120 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńska od Zduna-wędzonka wieprzowa, szyńska wędzona, parzona 20 g Jajecznicza z koperkiem KL M 80 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńska od Zduna-wędzonka wieprzowa, szyńska wędzona, parzona 50 g Twarożek 50 g (MLE) Pasta z cukinii i marchewki 120 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńska od Zduna-wędzonka wieprzowa, szyńska wędzona, parzona 20 g Jajecznicza z koperkiem KL M 80 g (JAJ, MLE) Pasta z cukinii i marchewki 120 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńska od Zduna-wędzonka wieprzowa, szyńska wędzona, parzona 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pasta z cukinii i marchewki 120 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńska od Zduna-wędzonka wieprzowa, szyńska wędzona, parzona 20 g Jajecznicza z koperkiem KL M 80 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyńska od Zduna-wędzonka wieprzowa, szyńska wędzona, parzona 20 g Jajecznicza z koperkiem KL M 80 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 120 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	
PN	Sok pomarańczowy 200 ml		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g		Sok pomarańczowy 200 ml			Sok pomarańczowy 200 ml	
	Wartość energetyczna: 2319.75 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 70.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.67 g; Węglowodany ogółem: 341.53 g; W tym cukry: 77.64 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2335.17 kcal; Białko ogółem: 107.56 g; Tłuszcz: 71.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 331.95 g; W tym cukry: 80.21 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2100.10 kcal; Białko ogółem: 110.41 g; Tłuszcz: 73.81 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 287.43 g; W tym cukry: 38.00 g; Błonnik pok.: 38.53 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2119.00 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 300.18 g; W tym cukry: 83.04 g; Błonnik pok.: 23.33 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2403.35 kcal; Białko ogółem: 122.86 g; Tłuszcz: 64.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.50 g; Węglowodany ogółem: 344.60 g; W tym cukry: 106.57 g; Błonnik pok.: 17.39 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2713.83 kcal; Białko ogółem: 121.52 g; Tłuszcz: 84.56 g; Kw. tł. nasy.: 35.36 g; Węglowodany ogółem: 386.21 g; W tym cukry: 92.77 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 1814.42 kcal; Białko ogółem: 89.22 g; Tłuszcz: 43.01 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; Węglowodany ogółem: 285.31 g; W tym cukry: 62.38 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2611.15 kcal; Białko ogółem: 117.54 g; Tłuszcz: 77.57 g; Kw. tł. nasy.: 32.84 g; Węglowodany ogółem: 385.39 g; W tym cukry: 108.94 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2369.89 kcal; Białko ogółem: 113.10 g; Tłuszcz: 71.55 g; Kw. tł. nasy.: 31.70 g; Węglowodany ogółem: 356.16 g; W tym cukry: 77.25 g; Błonnik pok.: 39.39 g; Sól: 9.41 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,