

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- TG Podstawowa	CH- TG Łatwo strawna	CH- TG Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-11 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Paszтет z fasoli* 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z truskawek* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z truskawek* b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
2026-05-12 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Zacierka na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Zacierka na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Zacierka na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Ryż na sypko z kurkumą 200 g Sos meksykański z fasolą 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek Fromage 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

	CH- TG Podstawowa	CH- TG Łatwo strawna	CH- TG Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-13 środa	<b>Śniadanie</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL,</b> ) Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 60 g ( <b>RYB, SEL,</b> ) Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
	<b>Obiad</b> Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	<b>Kolacja</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
2026-05-14 czwartek	<b>Śniadanie</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <b>MLE,</b> ) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <b>MLE,</b> ) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <b>MLE,</b> ) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
	<b>Obiad</b> Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Fasolka po bretońsku 350 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Kompot z aronii* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <b>SEL, GLU JĘCZ,</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot z aronii* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <b>SEL, GLU JĘCZ,</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot z aronii* b/c 250 ml
	<b>Kolacja</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

	CH- TG Podstawowa	CH- TG Łatwo strawna	CH- TG Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-15 piątek	<b>Śniadanie</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
	<b>Obiad</b> Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet rybny (Łosoś) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobno tarta 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet rybny (Łosoś) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet rybny (Łosoś) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	<b>Kolacja</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 50 g Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 50 g Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
2026-05-16 sobota	<b>Śniadanie</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 70 g ( <b>SOJ.</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> ) Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
	<b>Obiad</b> Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	<b>Kolacja</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE.</b> ) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 40 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE.</b> ) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 40 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

		CH- TG Podstawowa	CH- TG Łatwo strawna	CH- TG Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-17 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE,</b> ) Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU JE CZ,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 60 g ( <b>MLE,</b> ) Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU JE CZ,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,</b> )	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU JE CZ,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,</b> )
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Podudzie z kurczaka gotowane 120 g Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Podudzie z kurczaka gotowane 120 g Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
2026-05-18 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,</b> )	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,</b> )
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Risotto z warzywami i tofu* 300 g ( <b>SOJ, SEL,</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Risotto z warzywami i tofu* 300 g ( <b>SOJ, SEL,</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

	CH- TG Podstawowa	CH- TG Łatwo strawna	CH- TG Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-19 wtorek	<b>Śniadanie</b> Makaron na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z ryby gotowanej (tosoś) z warzywami* 60 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Makaron na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z ryby gotowanej (tosoś) z warzywami* 60 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z ryby gotowanej (tosoś) z warzywami* 60 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )
	<b>Obiad</b> Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem droбно tarta 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Szpinak gotowany z olejem.* 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Solferino z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem droбно tarta 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )
	<b>Kolacja</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
2026-05-20 środa	<b>Śniadanie</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE,</u> ) Ryż na mleku/p 300 ml ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE,</u> ) Ryż na mleku/p 300 ml ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )
	<b>Obiad</b> Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos brokułowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salata zielona z kefirem 50 g ( <u>MLE,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos brokułowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Salata zielona z kefirem 50 g ( <u>MLE,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos brokułowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Salata zielona z kefirem 50 g ( <u>MLE,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	<b>Kolacja</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> ) Paszтет z blachy- drobiowo wieprzowy 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> ) Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> ) Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

	CH- TG Podstawowa	CH- TG Łatwo strawna	CH- TG Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-21 czwartek	<b>Śniadanie</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</b> )	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU JEJCZ,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</b> )
	<b>Obiad</b> Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	<b>Kolacja</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z tofu i marchewki 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z tofu i marchewki 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z tofu i marchewki 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
2026-05-22 piątek	<b>Śniadanie</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 50 g Zacierka na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 50 g Zacierka na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</b> )	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE,</b> ) Zacierka na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</b> )
	<b>Obiad</b> Ryżowa* 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa* 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Warzywa po grecku 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa* 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Warzywa po grecku 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	<b>Kolacja</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

	CH- TG Podstawowa	CH- TG Łatwo strawna	CH- TG Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-23 sobota	<b>Śniadanie</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 70 g ( <b>SOJ,</b> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL,</b> ) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</b> ) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )
	<b>Obiad</b> Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Gulasz z żółdków drobiowych* 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ,</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ,</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ,</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml
	<b>Kolacja</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
2026-05-24 niedziela	<b>Śniadanie</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Ser topiony 40 g ( <b>MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )
	<b>Obiad</b> Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany 80 g Sos własny* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kapusta biała gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 80 g Sos własny* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kapusta biała gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	<b>Kolacja</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

### **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,