

|                         | CH- TG Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | CH- TG Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | CH- TG Z ogr.łatwoprzysw. węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-31 poniedziałek | <b>Śniadanie</b><br>Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )<br>Salatka z fasoli, ogórka i salaty 50 g | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )              | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )              |
|                         | <b>Obiad</b><br>Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus z truskawek* 150 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus z truskawek* b/c 150 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                                                                                                                                      |
|                         | <b>Kolacja</b><br>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )                                                                                                                                                                            | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                                                                                                                                                                                     | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                                                                                                                                                                                         |
| 2026-09-01 wtorek       | <b>Śniadanie</b><br>Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy,wysokowydajny,parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Zacierka na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                              | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy,wysokowydajny,parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Zacierka na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy,wysokowydajny,parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Zacierka na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |
|                         | <b>Obiad</b><br>Brokułowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Szynka wieprzowa pieczona 80 g<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Sos meksykański z fasolą 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Buraczki gotowane 100 g<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                | Brokułowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Szynka wieprzowa pieczona 80 g<br>Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Buraczki gotowane 100 g<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                                                                            | Brokułowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Szynka wieprzowa pieczona 80 g<br>Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Buraczki gotowane 100 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                                                 |
|                         | <b>Kolacja</b><br>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek Fromage 40 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )                                                                                                                                                                          | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                                                                                                                                                                                     | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                                                                                                                                                                                         |

|                     |           | CH- TG Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | CH- TG Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | CH- TG Z ogr.łatwoprzysw. węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-09-02 środa    | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz szczeciński 60 g ( <u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                  | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz szczeciński 60 g ( <u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) |
|                     | Obiad     | Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                   | Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Marchew oprószana z olejem 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                   | Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                              |
|                     | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )           | Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                                                       |
| 2026-09-03 czwartek | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <u>MLE.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                               | Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <u>MLE.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )             | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <u>MLE.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                               |
|                     | Obiad     | Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Fasolka po bretońsku 350 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Kompot z aronii* z/c 250 ml                                                                                                                                                         | Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot z aronii* z/c 250 ml                                                                                                 | Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot z aronii* b/c 250 ml                                                                                                                                        |
|                     | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser topiony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )                                                                                                                             | Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                                                                                           | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                                                                                                                                                 |

|                   |           | CH- TG Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | CH- TG Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | CH- TG Z ogr.łatwoprzysw. węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-09-04 piątek | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                                          | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                                      | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                                      |
|                   | Obiad     | Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pulpet rybny (Łosoś) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobno tarta 100 g<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                | Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pulpet rybny (Łosoś) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                         | Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pulpet rybny (Łosoś) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                              |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )                                                                                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                                                                                                                                                                            | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                                                                                                                                                                                             |
| 2026-09-05 sobota | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 70 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ketchup 10 g ( <u>SEL.</u> )<br>Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) |
|                   | Obiad     | Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bigos 350 g ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                            | Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta 100 g<br>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml                                                                                                                                  | Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta 100 g<br>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                                                                                                       |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 40 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka 50 g                                                    | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 40 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                                                                                                                                       | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 40 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                                                                                                                                           |

|                         |           | CH- TG Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | CH- TG Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | CH- TG Z ogr.łatwoprzysw. węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-09-06 niedziela    | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                                              | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                        | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                              |
|                         | Obiad     | Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Podudzie z kurczaka gotowane 120 g<br>Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 100 g<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                                          | Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Podudzie z kurczaka gotowane 120 g<br>Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 100 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                         | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                                | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                                    |
| 2026-09-07 poniedziałek | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )          | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) |
|                         | Obiad     | Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Risotto z warzywami i tofu* 300 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Kompot z aronii* z/c 250 ml                                                                                                                                                            | Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Risotto z warzywami i tofu* 300 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Kompot z aronii* b/c 250 ml                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                         | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z papryką 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )                                                                                                                                          | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                                                                                                                                                                       | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z papryką 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                                                                                                                                                                             |

|                   |           | CH- TG Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | CH- TG Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | CH- TG Z ogr.łatwoprzysw. węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-09-08 wtorek | Śniadanie | Makaron na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Paprykarz szczeciński 60 g ( <u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JECZ,</u> )<br>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> )<br>Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )                  | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Paprykarz szczeciński 60 g ( <u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JECZ,</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )                                            |
|                   | Obiad     | Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 100 g<br>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml                                            | Solferino z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) | Solferino z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 100 g<br>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                            |
| 2026-09-09 środa  | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ryż na mleku/p 300 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )                                                                              | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ryż na mleku/p 300 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )                                                     | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )                                       |
|                   | Obiad     | Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                  | Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Dynia z wody z ziołami 100 g<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                          | Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                            |
|                   | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Paszтет z blachy- drobiowo wieprzowy 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )                                                                                   | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <u>MLE,</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                                                                                                                                 | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <u>MLE,</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                                                                                                                                             |

|                     |           | CH- TG Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | CH- TG Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | CH- TG Z ogr.łatwoprzysw. węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-09-10 czwartek | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                    | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> )<br>Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) |
|                     | Obiad     | Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                                                                                   | Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                                                                                                                                                                      | Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                           |
|                     | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                                                                                                                                      | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml          |
| 2026-09-11 piątek   | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Zacierka na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Zacierka na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                                                                                                               | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twaróg 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Zacierka na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )             |
|                     | Obiad     | Ryżowa* 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Surówka żydowska z olejem () 100 g<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                                               | Ryżowa* 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet rybny (Łosoś) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Warzywa po grecku 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                         | Ryżowa* 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet rybny (Łosoś) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Warzywa po grecku 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                              |
|                     | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )                                                                              | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                   | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                                                                                       |

|                      |           | CH- TG Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | CH- TG Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | CH- TG Z ogr.łatwoprzysw. węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-08-12 sobota    | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 70 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> )<br>Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )     | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Płatki pszenne na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |
|                      | Obiad     | Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompot z aronii* z/c 250 ml                                                                                                                                            | Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompot z aronii* z/c 250 ml                                                                                                                             | Selerowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Kompot z aronii* b/c 250 ml                                                                                                                  |
|                      | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                                 | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                                     |
| 2026-09-13 niedziela | Śniadanie | Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser topiony 40 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )<br>Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                  | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )<br>Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                 | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )<br>Kasza manna na mleku/p 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                 |
|                      | Obiad     | Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kapusta biała gotowana z olejem 100 g<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                                                                      | Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                                                | Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kapusta biała gotowana z olejem 100 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                         |
|                      | Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )                                                                                                       | Bulka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                                                                                                                                       | Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> )<br>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,