

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca	
2026-03-16 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 300 ml Pasztet z fasoli* 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>)	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 300 ml	
	II SN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)			Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Surówka z marchwi z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Surówka z marchwi z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Klopsik drobiowy z indyka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z marchwi z olejem 100 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 200 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Surówka z marchwi z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Surówka z marchwi z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml		
	PD								Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 75 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Pomidor b/skórki 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2625.72 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 76.64 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 415.31 g; W tym cukry: 84.95 g; Błonnik pok.: 35.15 g; Sód: 4922.67 mg;	Wartość energetyczna: 2343.71 kcal; Białko ogółem: 89.51 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 352.38 g; W tym cukry: 87.07 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sód: 3076.37 mg;	Wartość energetyczna: 2256.08 kcal; Białko ogółem: 90.86 g; Tłuszcz: 56.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.22 g; Węglowodany ogółem: 360.68 g; W tym cukry: 102.01 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sód: 2650.27 mg;	Wartość energetyczna: 2018.02 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Tłuszcz: 67.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 294.22 g; W tym cukry: 48.61 g; Błonnik pok.: 37.97 g; Sód: 3262.27 mg;	Wartość energetyczna: 2739.97 kcal; Białko ogółem: 125.13 g; Tłuszcz: 82.89 g; Kw. tł. nasy.: 39.05 g; Węglowodany ogółem: 385.92 g; W tym cukry: 116.70 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sód: 3448.17 mg;	Wartość energetyczna: 2154.89 kcal; Białko ogółem: 108.22 g; Tłuszcz: 24.20 g; Kw. tł. nasy.: 6.20 g; Węglowodany ogółem: 390.11 g; W tym cukry: 100.70 g; Błonnik pok.: 20.65 g; Sód: 3669.95 mg;	Wartość energetyczna: 2690.71 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 73.52 g; Kw. tł. nasy.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 425.28 g; W tym cukry: 140.47 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sód: 2278.37 mg;	

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudż.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-03-17 wtorek	Śniadanie	Chleb miesany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko 1 szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Papryka świeża 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos meksykański z fasolą 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml
	PD							Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb miesany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek Fromage 40 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twarożek z koperkiem 120 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g			Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g Pomidor 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g	Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2442.38 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 81.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 356.99 g; W tym cukry: 42.25 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sód: 3835.23 mg;	Wartość energetyczna: 2064.33 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 61.72 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 295.03 g; W tym cukry: 44.62 g; Błonnik pok.: 17.87 g; Sód: 2176.60 mg;	Wartość energetyczna: 1997.36 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 52.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 294.99 g; W tym cukry: 44.56 g; Błonnik pok.: 17.87 g; Sód: 2142.20 mg;	Wartość energetyczna: 2002.61 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; Węglowodany ogółem: 272.10 g; W tym cukry: 33.70 g; Błonnik pok.: 36.34 g; Sód: 2835.83 mg;	Wartość energetyczna: 2535.97 kcal; Białko ogółem: 131.55 g; Tłuszcz: 81.52 g; Kw. tł. nasy.: 34.57 g; Węglowodany ogółem: 329.61 g; W tym cukry: 70.94 g; Błonnik pok.: 18.04 g; Sód: 2519.18 mg;	Wartość energetyczna: 1840.66 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 21.43 g; Kw. tł. nasy.: 7.10 g; Węglowodany ogółem: 325.97 g; W tym cukry: 41.89 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sód: 2324.97 mg;	Wartość energetyczna: 2385.33 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 64.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 361.04 g; W tym cukry: 105.14 g; Błonnik pok.: 18.35 g; Sód: 2240.33 mg;

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-03-18 środa	Śniadanie	Chleb mieszaný pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 130 g (<u>RYB, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Ogórek kiszony 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 130 g (<u>RYB, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kalańor gotowany* 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 130 g (<u>RYB, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kalańor gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 130 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 130 g (<u>RYB, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g, 1 szt (<u>MLE.</u>) Kalańor gotowany* 100 g	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 130 g (<u>RYB, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kalańor gotowany* 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 130 g (<u>RYB, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kalańor gotowany* 100 g
	II ŚN				Budyń o smaku waniliowym b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)			Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi drobno tarta 100 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD							Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SÓJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SÓJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SÓJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SÓJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SÓJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bulka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SÓJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2317.18 kcal; Białko ogółem: 93.28 g; Tłuszcz: 75.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 340.70 g; W tym cukry: 22.69 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sód: 4363.91 mg;	Wartość energetyczna: 2092.62 kcal; Białko ogółem: 101.23 g; Tłuszcz: 68.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.65 g; Węglowodany ogółem: 283.12 g; W tym cukry: 30.34 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sód: 2927.56 mg;	Wartość energetyczna: 2017.82 kcal; Białko ogółem: 101.16 g; Tłuszcz: 60.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 283.05 g; W tym cukry: 30.26 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sód: 2926.76 mg;	Wartość energetyczna: 2008.73 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 62.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.09 g; Węglowodany ogółem: 287.40 g; W tym cukry: 44.92 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sód: 3833.46 mg;	Wartość energetyczna: 2447.45 kcal; Białko ogółem: 139.20 g; Tłuszcz: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.03 g; Węglowodany ogółem: 316.53 g; W tym cukry: 56.65 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sód: 3144.79 mg;	Wartość energetyczna: 1914.63 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 35.92 g; Kw. tł. nasy.: 9.30 g; Węglowodany ogółem: 312.75 g; W tym cukry: 26.30 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sód: 2519.27 mg;	Wartość energetyczna: 2428.37 kcal; Białko ogółem: 109.56 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 346.32 g; W tym cukry: 81.59 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sód: 3038.40 mg;

	CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-03-19 czwartek	Śniadanie Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II SN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad Ogórkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Fasolka po bretońsku 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii* b/c 200 ml	Ziemiaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Ziemiaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii* b/c 200 ml	Ziemiaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Ziemiaczana * (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ryż na sytko 200 g Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Ziemiaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	
	PD						Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	Kolacja Serek a'la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Serek a'la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Serek a'la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Serek a'la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Serek a'la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Serek a'la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-dynia 120g 1 szt			Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5g (<u>MLE.</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-dynia 120g 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2406.81 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 385.56 g; W tym cukry: 29.85 g; Błonnik pok.: 39.80 g; Sód: 4745.90 mg;	Wartość energetyczna: 2105.26 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 71.54 g; Kw. tł. nasy.: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 291.33 g; W tym cukry: 34.87 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sód: 2262.26 mg;	Wartość energetyczna: 2030.46 kcal; Białko ogółem: 89.81 g; Tłuszcz: 63.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; W tym cukry: 34.81 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sód: 2261.46 mg;	Wartość energetyczna: 1950.71 kcal; Białko ogółem: 93.47 g; Tłuszcz: 66.03 g; Kw. tł. nasy.: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 278.06 g; W tym cukry: 28.98 g; Błonnik pok.: 38.19 g; Sód: 2530.46 mg;	Wartość energetyczna: 2513.10 kcal; Białko ogółem: 136.03 g; Tłuszcz: 97.25 g; Kw. tł. nasy.: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 285.85 g; W tym cukry: 58.67 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sód: 2516.99 mg;	Wartość energetyczna: 2125.22 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; Tłuszcz: 53.61 g; Kw. tł. nasy.: 13.38 g; Węglowodany ogółem: 308.12 g; W tym cukry: 21.43 g; Błonnik pok.: 17.98 g; Sód: 2654.27 mg;	Wartość energetyczna: 2424.86 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 76.04 g; Kw. tł. nasy.: 33.86 g; Węglowodany ogółem: 339.80 g; W tym cukry: 76.94 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sód: 2338.36 mg;

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

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-03-20 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Papryka świeża 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN					Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) w folii 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobnio tarta 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) w folii 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) w folii 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobnio tarta 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) w folii 200 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) w folii 200 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) w folii 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem truskawkowy 60 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 100 g	Pomidor 100 g Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem truskawkowy 60 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Pomidor 100 g Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem truskawkowy 60 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Pomidor 100 g Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Pomidor 100 g Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem truskawkowy 30 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dżem truskawkowy 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Pomidor 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem truskawkowy 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Rogal maślane 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)				Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Rogal maślane 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2472.99 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 77.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 368.01 g; W tym cukry: 73.53 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sód: 3449.38 mg;	Wartość energetyczna: 2269.94 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 79.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 305.90 g; W tym cukry: 72.14 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sód: 2023.59 mg;	Wartość energetyczna: 2126.16 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 305.49 g; W tym cukry: 72.10 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sód: 2382.83 mg;	Wartość energetyczna: 1950.73 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 243.72 g; W tym cukry: 34.02 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sód: 2717.42 mg;	Wartość energetyczna: 2796.21 kcal; Białko ogółem: 157.29 g; Tłuszcz: 99.53 g; Kw. tł. nasy.: 39.67 g; Węglowodany ogółem: 328.02 g; W tym cukry: 90.70 g; Błonnik pok.: 20.14 g; Sód: 2406.68 mg;	Wartość energetyczna: 1886.75 kcal; Białko ogółem: 88.91 g; Tłuszcz: 27.57 g; Kw. tł. nasy.: 4.90 g; Węglowodany ogółem: 337.02 g; W tym cukry: 61.13 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sód: 2536.86 mg;	Wartość energetyczna: 2525.00 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 82.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 357.44 g; W tym cukry: 93.69 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sód: 2123.52 mg;

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-03-21 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Parówki cieszyński- węd. wp. homog. wędz. parz 100 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Salatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Salatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>)
	II SN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka drobno tartą 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka drobno tartą 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka drobno tartą 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka drobno tartą 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Mieso drobiowe duszone z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka drobno tartą 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml
	PD							Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Kalafior gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Kalafior gotowany* 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 140 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kalafior gotowany* 100 g	Bulka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Serek homo. naturalny 140 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kalafior gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Kalafior gotowany* 100 g
PN		Twarożek 20 g (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Twarożek 20 g (<u>MLE.</u>)	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 20 g	Wafle ryżowe 30 g Twarożek 20 g (<u>MLE.</u>)		Twarożek 20 g (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2577.88 kcal; Białko ogółem: 98.73 g; Tłuszcz: 97.75 g; Kw. tł. nasy.: 40.29 g; Węglowodany ogółem: 351.39 g; W tym cukry: 30.37 g; Błonnik pok.: 33.72 g; Sód: 4466.01 mg;	Wartość energetyczna: 2014.90 kcal; Białko ogółem: 97.44 g; Tłuszcz: 66.16 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 271.35 g; W tym cukry: 29.25 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sód: 2263.86 mg;	Wartość energetyczna: 1935.73 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 59.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 266.53 g; W tym cukry: 27.11 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sód: 2068.73 mg;	Wartość energetyczna: 1839.06 kcal; Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 65.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 247.16 g; W tym cukry: 24.96 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sód: 2695.05 mg;	Wartość energetyczna: 2435.03 kcal; Białko ogółem: 130.83 g; Tłuszcz: 81.22 g; Kw. tł. nasy.: 35.47 g; Węglowodany ogółem: 307.90 g; W tym cukry: 55.75 g; Błonnik pok.: 22.01 g; Sód: 2444.96 mg;	Wartość energetyczna: 1842.50 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz: 30.46 g; Kw. tł. nasy.: 5.03 g; Węglowodany ogółem: 297.54 g; W tym cukry: 22.55 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sód: 2749.72 mg;	Wartość energetyczna: 2367.65 kcal; Białko ogółem: 106.41 g; Tłuszcz: 72.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.86 g; Węglowodany ogółem: 335.46 g; W tym cukry: 80.99 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sód: 2383.10 mg;

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-03-22 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kurczak gotowany-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>JAJ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 250 ml
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml		Bulion warzywny z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD							Jogurt jagodowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)			Salata zielona 20 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2553.52 kcal; Białko ogółem: 124.24 g; Tłuszcz: 106.83 g; Kw. tł. nasy.: 49.07 g; Węglowodany ogółem: 297.82 g; W tym cukry: 32.18 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sód: 3786.46 mg;	Wartość energetyczna: 2284.65 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 91.77 g; Kw. tł. nasy.: 40.58 g; Węglowodany ogółem: 255.44 g; W tym cukry: 45.65 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sód: 2318.35 mg;	Wartość energetyczna: 2197.62 kcal; Białko ogółem: 122.97 g; Tłuszcz: 78.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 261.90 g; W tym cukry: 53.74 g; Błonnik pok.: 17.73 g; Sód: 2353.85 mg;	Wartość energetyczna: 2201.09 kcal; Białko ogółem: 125.13 g; Tłuszcz: 96.30 g; Kw. tł. nasy.: 43.41 g; Węglowodany ogółem: 237.15 g; W tym cukry: 22.86 g; Błonnik pok.: 27.73 g; Sód: 3211.69 mg;	Wartość energetyczna: 2458.65 kcal; Białko ogółem: 128.74 g; Tłuszcz: 94.77 g; Kw. tł. nasy.: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; W tym cukry: 71.95 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sód: 2412.85 mg;	Wartość energetyczna: 2019.84 kcal; Białko ogółem: 119.41 g; Tłuszcz: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.96 g; Węglowodany ogółem: 287.17 g; W tym cukry: 50.44 g; Błonnik pok.: 19.54 g; Sód: 2429.64 mg;	Wartość energetyczna: 2594.59 kcal; Białko ogółem: 127.75 g; Tłuszcz: 90.31 g; Kw. tł. nasy.: 42.27 g; Węglowodany ogółem: 330.50 g; W tym cukry: 91.67 g; Błonnik pok.: 17.76 g; Sód: 2441.48 mg;

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca	
2026-03-23 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Warzywa pieczone 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Warzywa pieczone 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Warzywa pieczone 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 70 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Warzywa pieczone 100g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Warzywa pieczone 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
	II ŚN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		Biszkopty b/ml 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z warzywami i tofu* 400 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml				Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Udziec z indyka b/s b/k 100 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi drobno tarta 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Udziec z indyka b/s b/k 200 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Risotto z warzywami i tofu* 400 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z warzywami i tofu* 400 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii* b/c 200 ml
	PD							Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-burak 120g 1 szt				Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Rzodkiew biała 20 g Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 20 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, SO2.</u>)	Przecier owocowo-warzywny jablko-burak 120g 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2337.91 kcal; Białko ogółem: 85.24 g; Tłuszcz: 70.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 366.51 g; W tym cukry: 38.64 g; Błonnik pok.: 31.33 g; Sód: 4149.40 mg;	Wartość energetyczna: 2250.68 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 80.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 312.48 g; W tym cukry: 40.96 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sód: 2704.10 mg;	Wartość energetyczna: 2175.88 kcal; Białko ogółem: 84.90 g; Tłuszcz: 72.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 312.41 g; W tym cukry: 40.90 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sód: 2703.30 mg;	Wartość energetyczna: 1776.40 kcal; Białko ogółem: 95.68 g; Tłuszcz: 52.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 257.59 g; W tym cukry: 27.68 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sód: 3802.76 mg;	Wartość energetyczna: 2523.37 kcal; Białko ogółem: 137.24 g; Tłuszcz: 78.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; W tym cukry: 61.13 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sód: 3512.78 mg;	Wartość energetyczna: 2018.93 kcal; Białko ogółem: 91.07 g; Tłuszcz: 49.64 g; Kw. tł. nasy.: 5.00 g; Węglowodany ogółem: 321.70 g; W tym cukry: 27.43 g; Błonnik pok.: 29.93 g; Sód: 3456.19 mg;	Wartość energetyczna: 2654.03 kcal; Białko ogółem: 104.31 g; Tłuszcz: 88.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; Węglowodany ogółem: 376.74 g; W tym cukry: 39.86 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sód: 2686.50 mg;	

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-03-24 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszaný pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Lisek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Kalaflor gotowany* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Lisek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Kalaflor gotowany* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Lisek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Kalaflor gotowany* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Lisek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Kalaflor gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Lisek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Kalaflor gotowany* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 75 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kalaflor gotowany* 100 g Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Lisek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Kalaflor gotowany* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN				Budyń o smaku śmietankowym b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)			Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki drobno tarta 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szinak gotowany z olejem.* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki drobno tarta 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 240 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szinak gotowany z olejem.* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Szinak gotowany z olejem.* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szinak gotowany z olejem.* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	PD							
	Kolacja	Chleb mieszaný pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosos) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosos) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosos) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosos) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosos) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosos) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosos) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)
	PN	Drożdżówka z serem 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Drożdżówka z serem 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2819.38 kcal; Białko ogółem: 116.88 g; Tłuszcz: 98.58 g; Kw. tł. nasy.: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 394.92 g; W tym cukry: 37.77 g; Błonnik pok.: 36.23 g; Sód: 3875.45 mg;	Wartość energetyczna: 2466.20 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz: 94.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 314.58 g; W tym cukry: 38.50 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sód: 3470.60 mg;	Wartość energetyczna: 2207.90 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 76.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 296.36 g; W tym cukry: 40.69 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sód: 3473.80 mg;	Wartość energetyczna: 2352.60 kcal; Białko ogółem: 110.43 g; Tłuszcz: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 314.09 g; W tym cukry: 47.07 g; Błonnik pok.: 33.99 g; Sód: 3875.03 mg;	Wartość energetyczna: 2889.50 kcal; Białko ogółem: 143.12 g; Tłuszcz: 109.29 g; Kw. tł. nasy.: 42.77 g; Węglowodany ogółem: 349.71 g; W tym cukry: 45.02 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sód: 3798.36 mg;	Wartość energetyczna: 1997.28 kcal; Białko ogółem: 121.36 g; Tłuszcz: 41.87 g; Kw. tł. nasy.: 8.16 g; Węglowodany ogółem: 299.26 g; W tym cukry: 33.01 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sód: 3040.97 mg;	Wartość energetyczna: 2489.70 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; Tłuszcz: 88.07 g; Kw. tł. nasy.: 37.37 g; Węglowodany ogółem: 334.43 g; W tym cukry: 83.40 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sód: 3545.10 mg;

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

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-03-25 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rzodkiew biała 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 100 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)
	II ŚN					Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet drobiowy panierowany 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody z ziołami 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody z ziołami 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody z ziołami 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody z ziołami 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 140 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor b/skórki 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 20 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g				Salata zielona 20 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 20 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 20 g	
		Wartość energetyczna: 2268.24 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 75.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 327.86 g; W tym cukry: 22.62 g; Błonnik pok.: 25.27 g; Sód: 4116.43 mg;	Wartość energetyczna: 1909.31 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 59.47 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 261.33 g; W tym cukry: 32.18 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sód: 2534.58 mg;	Wartość energetyczna: 1834.51 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 51.22 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 261.26 g; W tym cukry: 32.12 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sód: 2533.78 mg;	Wartość energetyczna: 1836.77 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 244.62 g; W tym cukry: 20.60 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sód: 3351.01 mg;	Wartość energetyczna: 2303.15 kcal; Białko ogółem: 125.13 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 294.74 g; W tym cukry: 58.49 g; Błonnik pok.: 19.97 g; Sód: 2803.80 mg;	Wartość energetyczna: 1767.29 kcal; Białko ogółem: 106.93 g; Tłuszcz: 26.87 g; Kw. tł. nasy.: 4.40 g; Węglowodany ogółem: 286.81 g; W tym cukry: 27.62 g; Błonnik pok.: 19.67 g; Sód: 3175.86 mg;	Wartość energetyczna: 2223.48 kcal; Białko ogółem: 98.56 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 326.86 g; W tym cukry: 70.05 g; Błonnik pok.: 19.87 g; Sód: 2641.41 mg;

	CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-03-26 czwartek	Śniadanie Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02.</u>) Mandarynka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Mandarynka 1 szt			Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Obiad Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem drobnio tarta 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem drobnio tarta 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem drobnio tarta 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml
	PD						Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Rzepa biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Rzepa biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 1 szt (<u>MLE.</u>)
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Pomidor 20 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtusty 20 g (<u>MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2526.79 kcal; Białko ogółem: 101.54 g; Tłuszcz: 92.80 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 348.63 g; W tym cukry: 42.55 g; Błonnik pok.: 33.61 g; Sód: 4526.17 mg;	Wartość energetyczna: 2442.95 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 87.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.43 g; Węglowodany ogółem: 327.23 g; W tym cukry: 66.98 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sód: 3266.55 mg;	Wartość energetyczna: 2386.15 kcal; Białko ogółem: 100.44 g; Tłuszcz: 77.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 336.06 g; W tym cukry: 79.92 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sód: 2429.75 mg;	Wartość energetyczna: 2241.22 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 88.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g; W tym cukry: 47.74 g; Błonnik pok.: 43.13 g; Sód: 2877.95 mg;	Wartość energetyczna: 2819.03 kcal; Białko ogółem: 125.85 g; Tłuszcz: 103.43 g; Kw. tł. nasy.: 40.15 g; Węglowodany ogółem: 362.17 g; W tym cukry: 94.97 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sód: 3804.05 mg;	Wartość energetyczna: 2121.26 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; Tłuszcz: 41.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.60 g; Węglowodany ogółem: 346.62 g; W tym cukry: 52.10 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sód: 3261.54 mg;	Wartość energetyczna: 2643.04 kcal; Białko ogółem: 107.55 g; Tłuszcz: 87.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 373.75 g; W tym cukry: 122.05 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sód: 2395.05 mg;

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-03-27 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 60 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem truskawkowy 60 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem truskawkowy 60 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem truskawkowy 60 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dżem truskawkowy 60 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem truskawkowy 60 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g
	II SN					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Łosoś) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 240 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Łosoś) 240 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Łosoś) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Pomidor 100 g	Bulka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor b/skórki 80 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 100 g
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2566.48 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 100.54 g; Kw. tł. nasy.: 39.55 g; Węglowodany ogółem: 348.94 g; W tym cukry: 53.32 g; Błonnik pok.: 24.35 g; Sód: 3239.39 mg;	Wartość energetyczna: 2336.67 kcal; Białko ogółem: 86.78 g; Tłuszcz: 96.92 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 291.67 g; W tym cukry: 59.37 g; Błonnik pok.: 18.53 g; Sód: 1856.28 mg;	Wartość energetyczna: 2186.46 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 81.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 291.01 g; W tym cukry: 59.18 g; Błonnik pok.: 18.53 g; Sód: 2097.92 mg;	Wartość energetyczna: 2043.53 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 92.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 239.38 g; W tym cukry: 21.99 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sód: 2377.81 mg;	Wartość energetyczna: 2915.41 kcal; Białko ogółem: 131.31 g; Tłuszcz: 126.77 g; Kw. tł. nasy.: 46.14 g; Węglowodany ogółem: 323.55 g; W tym cukry: 82.10 g; Błonnik pok.: 18.80 g; Sód: 1962.33 mg;	Wartość energetyczna: 2057.35 kcal; Białko ogółem: 89.83 g; Tłuszcz: 58.12 g; Kw. tł. nasy.: 12.58 g; Węglowodany ogółem: 310.05 g; W tym cukry: 45.00 g; Błonnik pok.: 22.11 g; Sód: 2413.44 mg;	Wartość energetyczna: 2699.31 kcal; Białko ogółem: 104.00 g; Tłuszcz: 100.36 g; Kw. tł. nasy.: 42.78 g; Węglowodany ogółem: 354.01 g; W tym cukry: 116.24 g; Błonnik pok.: 18.31 g; Sód: 1900.02 mg;

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-03-28 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Parówki cieszyński-węd. wp. homog. wędz. parz 100 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Ogórek kiszony 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Salatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salatka witaminowa 100 g (<u>SEL.</u>)
	II SN					Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z żołądków drobiowych* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c drobno tarta 100 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Buraczki gotowane 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml
	PD							
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 120 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Brokuł gotowany* 100 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 120 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Brokuł gotowany* 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)				Rzodkiew biała 20 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka Beskidzka-wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2576.82 kcal; Białko ogółem: 100.89 g; Tłuszcz: 103.31 g; Kw. tł. nasy.: 42.92 g; Węglowodany ogółem: 338.20 g; W tym cukry: 37.32 g; Błonnik pok.: 37.42 g; Sód: 4709.72 mg;	Wartość energetyczna: 2013.76 kcal; Białko ogółem: 90.87 g; Tłuszcz: 68.83 g; Kw. tł. nasy.: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 275.38 g; W tym cukry: 41.92 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sód: 2067.67 mg;	Wartość energetyczna: 1938.96 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Tłuszcz: 60.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 275.31 g; W tym cukry: 41.86 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sód: 2066.87 mg;	Wartość energetyczna: 1941.89 kcal; Białko ogółem: 92.12 g; Tłuszcz: 67.45 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 274.35 g; W tym cukry: 29.16 g; Błonnik pok.: 41.60 g; Sód: 3399.49 mg;	Wartość energetyczna: 2397.54 kcal; Białko ogółem: 128.23 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 312.49 g; W tym cukry: 71.22 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sód: 2636.40 mg;	Wartość energetyczna: 1858.47 kcal; Białko ogółem: 113.11 g; Tłuszcz: 33.68 g; Kw. tł. nasy.: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 292.77 g; W tym cukry: 37.31 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sód: 2520.59 mg;	Wartość energetyczna: 2349.51 kcal; Białko ogółem: 99.20 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 35.29 g; Węglowodany ogółem: 338.58 g; W tym cukry: 93.17 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sód: 2178.50 mg;

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

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-03-29 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Banan 1 szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 75 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1 szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Banan 1 szt. 1 szt
	II ŚN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			Biszkopty b/ml 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 200 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 200 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Bulion warzywny z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z indyka gotowany 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD							Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor b/skórki 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g Wafle ryżowe 30 g			Salata zielona 20 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g Wafle ryżowe 30 g		
		Wartość energetyczna: 2552.26 kcal; Białko ogółem: 105.24 g; Tłuszcz: 87.25 g; Kw. tł. nasy.: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 355.67 g; W tym cukry: 33.19 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sód: 3618.90 mg;	Wartość energetyczna: 1956.59 kcal; Białko ogółem: 106.04 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 274.06 g; W tym cukry: 37.46 g; Błonnik pok.: 16.09 g; Sód: 2063.83 mg;	Wartość energetyczna: 2000.79 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 44.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g; W tym cukry: 61.25 g; Błonnik pok.: 16.49 g; Sód: 2062.03 mg;	Wartość energetyczna: 1768.25 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; Tłuszcz: 51.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 244.98 g; W tym cukry: 28.44 g; Błonnik pok.: 27.73 g; Sód: 2400.28 mg;	Wartość energetyczna: 2324.09 kcal; Białko ogółem: 146.69 g; Tłuszcz: 61.58 g; Kw. tł. nasy.: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 303.36 g; W tym cukry: 63.76 g; Błonnik pok.: 16.09 g; Sód: 2311.58 mg;	Wartość energetyczna: 1895.38 kcal; Białko ogółem: 107.72 g; Tłuszcz: 24.26 g; Kw. tł. nasy.: 5.64 g; Węglowodany ogółem: 327.62 g; W tym cukry: 59.97 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sód: 2391.90 mg;	Wartość energetyczna: 2393.59 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 357.86 g; W tym cukry: 83.96 g; Błonnik pok.: 16.94 g; Sód: 2133.33 mg;

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,