

		KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-07-06 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek świeży 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN		Kanapka z szynką i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 ml (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 1895.56 kcal; Białko ogółem: 67.05 g; Tłuszcz: 42.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 327.57 g; W tym cukry: 76.94 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sód: 2378.61 mg;	Wartość energetyczna: 2011.59 kcal; Białko ogółem: 87.60 g; Tłuszcz: 53.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.60 g; Węglowodany ogółem: 329.90 g; W tym cukry: 35.71 g; Błonnik pok.: 35.29 g; Sód: 2842.00 mg;	Wartość energetyczna: 1864.67 kcal; Białko ogółem: 72.68 g; Tłuszcz: 44.46 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; Węglowodany ogółem: 310.38 g; W tym cukry: 36.01 g; Błonnik pok.: 19.81 g; Sód: 3221.33 mg;

2026-07-07 wtorek	Śniadanie	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
		Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Pomidor 100 g
	II ŚN		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Pasta warzywna 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Pasta warzywna 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Pasta warzywna 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
			Kanaпка z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	
	PN	Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)		
		Wartość energetyczna: 2398.49 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 376.46 g; W tym cukry: 89.40 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sód: 2787.86 mg;	Wartość energetyczna: 2045.18 kcal; Białko ogółem: 87.69 g; Tłuszcz: 60.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; Węglowodany ogółem: 319.86 g; W tym cukry: 37.64 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sód: 2794.80 mg;	Wartość energetyczna: 2071.83 kcal; Białko ogółem: 80.32 g; Tłuszcz: 58.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 323.93 g; W tym cukry: 37.38 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sód: 2931.33 mg;

2026-07-08 środa	Śniadanie	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN		Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
			Budyń waniliowy b/c 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	PD			
Koloja	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g
		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 1886.85 kcal; Białko ogółem: 70.98 g; Tłuszcz: 45.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 317.39 g; W tym cukry: 91.63 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sód: 2671.59 mg;	Wartość energetyczna: 1911.58 kcal; Białko ogółem: 76.83 g; Tłuszcz: 61.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 293.58 g; W tym cukry: 50.55 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sód: 3212.40 mg;	Wartość energetyczna: 1870.04 kcal; Białko ogółem: 75.43 g; Tłuszcz: 52.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 292.15 g; W tym cukry: 51.19 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sód: 2806.33 mg;

2026-07-09 czwartek	Śniadanie	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
		Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew i cukinia gotowana z olejem* 150 g (<u>może zawierać: SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL.</u>) Sałatka szwedzka b/c 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew i cukinia gotowana z olejem* 150 g (<u>może zawierać: SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
		PD	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem 100 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem 100 g (<u>SEL.</u>)
		PN	Banan 1szt. 1 szt	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2336.78 kcal; Białko ogółem: 88.09 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 374.43 g; W tym cukry: 112.39 g; Błonnik pok.: 32.24 g; Sód: 2660.55 mg;	Wartość energetyczna: 2067.23 kcal; Białko ogółem: 92.09 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 316.27 g; W tym cukry: 53.42 g; Błonnik pok.: 39.33 g; Sód: 3330.49 mg;	Wartość energetyczna: 2100.59 kcal; Białko ogółem: 84.71 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 320.25 g; W tym cukry: 53.42 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sód: 3003.58 mg;

2026-07-10 piątek	Śniadanie	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
		Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II SN		Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
		PD	Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g
		PN	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2148.47 kcal; Białko ogółem: 73.56 g; Tłuszcz: 56.46 g; Kw. tł. nasy.: 20.22 g; Węglowodany ogółem: 353.86 g; W tym cukry: 102.00 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sód: 2527.45 mg;		
		Wartość energetyczna: 1963.47 kcal; Białko ogółem: 87.59 g; Tłuszcz: 63.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 293.05 g; W tym cukry: 44.35 g; Błonnik pok.: 33.85 g; Sód: 2863.29 mg;		
		Wartość energetyczna: 1946.04 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 52.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 300.42 g; W tym cukry: 46.12 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sód: 2731.49 mg;		

2026-07-11 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Kanapka z twarogiem i sałatą zieloną (chleb hragam 60g, margaryna 5g, twarówek 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z twarogiem i sałatą zieloną (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, twarówek 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Obiad	Koperkowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Buraczki podprawiane-drobno tarte (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki podprawiane-drobno tarte (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Budyń śmietankowy b/c 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową i sałą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałata zieloną (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielon 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)
			Wartość energetyczna: 1959.43 kcal; Białko ogółem: 75.96 g; Tłuszcz: 47.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 325.33 g; W tym cukry: 73.86 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sód: 3264.77 mg;	Wartość energetyczna: 2280.26 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 354.94 g; W tym cukry: 47.05 g; Błonnik pok.: 39.43 g; Sód: 3294.30 mg;

2026-07-12 niedziela	Śniadanie	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN	Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g
		Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)
	PN	Wartość energetyczna: 2198.30 kcal; Białko ogółem: 92.10 g; Tłuszcz: 63.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 332.33 g; W tym cukry: 93.09 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sód: 2810.00 mg;	Wartość energetyczna: 2013.98 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 269.60 g; W tym cukry: 42.22 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sód: 3255.84 mg;	Wartość energetyczna: 1991.69 kcal; Białko ogółem: 95.64 g; Tłuszcz: 63.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 278.13 g; W tym cukry: 44.17 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sód: 3182.28 mg;

		KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-07-13 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN		Kanapka z serem żółtym i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, ser żółty 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kanapka z twarogiem i sałatą zieloną (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Budyń śmietankowy b/c 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pasta warzywna 100 g (<u>SEL,</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pasta warzywna 100 g (<u>SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pasta warzywna 100 g (<u>SEL,</u>)
	PN	Banan 1szt. 1 szt	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2193.20 kcal; Białko ogółem: 70.10 g; Tłuszcz: 49.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 385.69 g; W tym cukry: 126.89 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sód: 2455.83 mg;	Wartość energetyczna: 2196.42 kcal; Białko ogółem: 84.78 g; Tłuszcz: 69.11 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 344.59 g; W tym cukry: 52.77 g; Błonnik pok.: 34.32 g; Sód: 3203.60 mg;	Wartość energetyczna: 2092.99 kcal; Białko ogółem: 73.60 g; Tłuszcz: 54.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 346.79 g; W tym cukry: 50.84 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sód: 2953.11 mg;

		KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-07-14 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	Obiad	Solferino 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2158.96 kcal; Białko ogółem: 84.09 g; Tłuszcz: 51.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 357.93 g; W tym cukry: 94.30 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sód: 3047.39 mg;	Wartość energetyczna: 2022.76 kcal; Białko ogółem: 85.55 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 313.94 g; W tym cukry: 39.34 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sód: 3083.14 mg;	Wartość energetyczna: 1949.80 kcal; Białko ogółem: 77.73 g; Tłuszcz: 49.91 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 315.93 g; W tym cukry: 36.73 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sód: 3256.45 mg;

		KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-07-15 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 ml (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Grycikowa 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z marchewką* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grycikowa 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Klopsik drobiowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z marchewką* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Kanapka z szynką i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2249.04 kcal; Białko ogółem: 87.48 g; Tłuszcz: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 363.12 g; W tym cukry: 120.51 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sód: 2657.33 mg;	Wartość energetyczna: 2067.97 kcal; Białko ogółem: 105.74 g; Tłuszcz: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 307.15 g; W tym cukry: 40.60 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sód: 3405.16 mg;	Wartość energetyczna: 1914.02 kcal; Białko ogółem: 75.59 g; Tłuszcz: 47.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 312.81 g; W tym cukry: 36.75 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sód: 3289.17 mg;

2026-07-16 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Pomidor 100 g
	II SN		Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>)	
	Obiad	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) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 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) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 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) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Kanapka z szynką i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Marchew gotowana plastry 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет z soczewicy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Marchew gotowana plastry 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Marchew gotowana plastry 100 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoszkwina 120g 1 szt	Kanapka z szynką drobiową i sałta zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2142.43 kcal; Białko ogółem: 77.33 g; Tłuszcz: 56.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 346.00 g; W tym cukry: 82.89 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sód: 3128.29 mg;	Wartość energetyczna: 2306.06 kcal; Białko ogółem: 93.48 g; Tłuszcz: 78.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; W tym cukry: 44.38 g; Błonnik pok.: 41.70 g; Sód: 3451.22 mg;	Wartość energetyczna: 2158.32 kcal; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 333.10 g; W tym cukry: 40.57 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sód: 3840.43 mg;

		KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-07-17 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN		Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g
	PN	Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2349.70 kcal; Białko ogółem: 77.95 g; Tłuszcz: 57.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 395.63 g; W tym cukry: 119.52 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sód: 2496.80 mg;	Wartość energetyczna: 1909.07 kcal; Białko ogółem: 86.57 g; Tłuszcz: 52.93 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 301.89 g; W tym cukry: 61.21 g; Błonnik pok.: 30.74 g; Sód: 2589.23 mg;	Wartość energetyczna: 1924.16 kcal; Białko ogółem: 83.98 g; Tłuszcz: 48.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; Węglowodany ogółem: 305.32 g; W tym cukry: 50.60 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sód: 2766.52 mg;

		KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-07-18 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g
	II ŚN	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 ml (<u>MLE</u>)		
	Obiad	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Sok pomidorowy 200 ml		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pasta z brokuła* 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pasta z brokuła* 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szyunka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pasta z brokuła* 100 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2069.76 kcal; Białko ogółem: 73.95 g; Tłuszcz: 52.53 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 342.73 g; W tym cukry: 86.52 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sód: 3539.07 mg;	Wartość energetyczna: 1935.09 kcal; Białko ogółem: 81.35 g; Tłuszcz: 62.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 295.80 g; W tym cukry: 45.41 g; Błonnik pok.: 36.54 g; Sód: 4080.62 mg;	Wartość energetyczna: 1925.64 kcal; Białko ogółem: 74.15 g; Tłuszcz: 53.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 309.61 g; W tym cukry: 45.14 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sód: 4057.14 mg;

2026-07-19 niedziela		KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN		Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Schab gotowany 60 g Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Schab gotowany 60 g Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 250 g Schab gotowany 60 g Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb graham 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z twarogiem i sałatą (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 100 g
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt	Kanapka z szynką drobiową i sałatą (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)
		Wartość energetyczna: 1919.67 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 37.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.71 g; Węglowodany ogółem: 325.73 g; W tym cukry: 87.67 g; Błonnik pok.: 19.15 g; Sód: 2531.41 mg;	Wartość energetyczna: 1970.67 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz: 55.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 304.75 g; W tym cukry: 41.27 g; Błonnik pok.: 30.80 g; Sód: 3369.61 mg;	Wartość energetyczna: 1906.56 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 42.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 305.97 g; W tym cukry: 38.95 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sód: 3105.55 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,