

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-10-13 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Muffin a'la pizza 100g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Muffin a'la pizza- dieta 100g 1 szt (<u>GLU PSZ, może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Muffin razowy a'la pizza 100g 1 szt (<u>MLE, GLU ŻYT, może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Muffin a'la pizza 100g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Muffin a'la pizza- dieta 100g 1 szt (<u>GLU PSZ, może zawierać: MLE, GOR.</u>)
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i rodzynek () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Marchew z groszkiem* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew z groszkiem* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i rodzynek () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Marchew z groszkiem* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2111.40 kcal; Białko ogółem: 85.44 g; Tłuszcz: 58.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.41 g; Węglowodany ogółem: 320.23 g; W tym cukry: 58.96 g; Błonnik pok.: 33.75 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2010.88 kcal; Białko ogółem: 81.16 g; Tłuszcz: 54.21 g; Kw. tł. nasy.: 15.32 g; Węglowodany ogółem: 306.44 g; W tym cukry: 60.90 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1850.21 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 51.54 g; Kw. tł. nasy.: 18.63 g; Węglowodany ogółem: 273.04 g; W tym cukry: 56.12 g; Błonnik pok.: 38.34 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2186.40 kcal; Białko ogółem: 86.04 g; Tłuszcz: 58.86 g; Kw. tł. nasy.: 17.47 g; Węglowodany ogółem: 338.38 g; W tym cukry: 73.51 g; Błonnik pok.: 36.75 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2003.02 kcal; Białko ogółem: 82.40 g; Tłuszcz: 53.58 g; Kw. tł. nasy.: 15.24 g; Węglowodany ogółem: 305.27 g; W tym cukry: 62.44 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 6.97 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-10-14 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka owocowa 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka owocowa - dieta 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bohuna wieprz. z dodatkiem wody i białka wieprzowego wędzonka wieprzowa szynka z okrywą tłuszczową, parzona, wędzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka owocowa 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>)			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos cebulowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Makaron penne 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron penne 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos cebulowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos cebulowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Makaron penne 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron penne 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN				Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 0,5 [Por] x 80 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 1988.44 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 281.13 g; W tym cukry: 86.98 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 1963.31 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 55.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 283.09 g; W tym cukry: 87.59 g; Błonnik pok.: 19.50 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 2022.55 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 72.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 233.25 g; W tym cukry: 32.15 g; Błonnik pok.: 29.20 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2259.42 kcal; Białko ogółem: 104.65 g; Tłuszcz: 69.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 316.08 g; W tym cukry: 103.72 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2138.75 kcal; Białko ogółem: 89.29 g; Tłuszcz: 64.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 308.82 g; W tym cukry: 103.53 g; Błonnik pok.: 19.03 g; Sól: 3.78 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-10-15 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Banan 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g		Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cwikła z chrzanem () 100 g (MLE, SO2.) Kalaflor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ.) Kalaflor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cwikła z chrzanem b/c () 100 g (MLE, SO2.) Kalaflor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cwikła z chrzanem () 100 g (MLE, SO2.) Kalaflor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ.) Kalaflor gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Salatka z kaszą bulgur i warzywami + 200 g (GLU PSZ, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Owsianka z jabłkami i figami + 200 g (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Salatka z kaszą bulgur i warzywami + 200 g (GLU PSZ, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Salatka z kaszą bulgur i warzywami + 200 g (GLU PSZ, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Owsianka z jabłkami i figami + 200 g (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 2187.88 kcal; Białko ogółem: 107.87 g; Tłuszcz: 65.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 304.48 g; W tym cukry: 76.45 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 9.68 g;	Wartość energetyczna: 1971.12 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 40.09 g; Kw. tł. nasy.: 17.18 g; Węglowodany ogółem: 316.99 g; W tym cukry: 104.20 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2221.74 kcal; Białko ogółem: 120.66 g; Tłuszcz: 72.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 289.86 g; W tym cukry: 49.31 g; Błonnik pok.: 35.63 g; Sól: 10.43 g;	Wartość energetyczna: 2384.36 kcal; Białko ogółem: 118.40 g; Tłuszcz: 72.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.73 g; Węglowodany ogółem: 328.59 g; W tym cukry: 76.66 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sól: 10.96 g;	Wartość energetyczna: 2023.29 kcal; Białko ogółem: 98.76 g; Tłuszcz: 44.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.41 g; Węglowodany ogółem: 319.89 g; W tym cukry: 107.02 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sól: 6.17 g;

2025-10-16 czwartek

	PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
II ŚN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt				
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ryż na sypko 150 g Leczo z cukini z kielbasą 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i selera 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Leczo z drobiem-dieta * 150 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i selera 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Leczo z drobiem-dieta * 150 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i selera b/c 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ryż na sypko 200 g Leczo z cukini z kielbasą 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i selera 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Leczo z drobiem-dieta * 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Koktajl wieloowocowy* 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		Koktajl wieloowocowy* 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka pieczony w ziołach 60 g Sałatka jarzynowa* 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka pieczony w ziołach 60 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka pieczony w ziołach 60 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka pieczony w ziołach 60 g Sałatka jarzynowa* 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet z kurczaka pieczony w ziołach 60 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN			Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g		
	Wartość energetyczna: 1963.09 kcal; Białko ogółem: 71.97 g; Tłuszcz: 63.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 285.63 g; W tym cukry: 85.91 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 1801.37 kcal; Białko ogółem: 78.02 g; Tłuszcz: 40.80 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 290.66 g; W tym cukry: 89.18 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 1800.01 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 48.99 g; Kw. tł. nasy.: 18.81 g; Węglowodany ogółem: 260.77 g; W tym cukry: 54.17 g; Błonnik pok.: 35.79 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2238.82 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 71.60 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 325.35 g; W tym cukry: 86.17 g; Błonnik pok.: 28.26 g; Sól: 10.21 g;	Wartość energetyczna: 1794.25 kcal; Białko ogółem: 81.12 g; Tłuszcz: 40.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 286.30 g; W tym cukry: 85.87 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sól: 5.82 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-10-17 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Słupki warzywne pieczone (marchew, seler, pietruszka) 100 g Dip jogurtowo-koperkowy 50 g (<u>MLE.</u>)				
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona w ziołach (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Szpinak gotowany z czosnkiem* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona w ziołach (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kalańfior gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona w ziołach (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z czosnkiem* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona w ziołach (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Szpinak gotowany z czosnkiem* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kalańfior gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Pudding z nasion chia z mango & 200 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Pudding z nasion chia z mango & 200 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Miód (25g) 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Śliwka szt 2 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Miód (25g) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Śliwka szt 2 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Miód (25g) 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Śliwka szt 2 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Miód (25g) 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2160.87 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 60.92 g; Kw. tł. nasy.: 20.94 g; Węglowodany ogółem: 304.26 g; W tym cukry: 89.29 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2143.15 kcal; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz: 56.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 307.76 g; W tym cukry: 89.09 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 1896.12 kcal; Białko ogółem: 114.21 g; Tłuszcz: 59.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 240.82 g; W tym cukry: 52.96 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 9.14 g;	Wartość energetyczna: 2220.87 kcal; Białko ogółem: 112.57 g; Tłuszcz: 61.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 318.66 g; W tym cukry: 101.29 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2156.52 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 57.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 315.96 g; W tym cukry: 90.08 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 6.58 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-10-18 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (może zawierać: GOR.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (SOJ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 60 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (SOJ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 60 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (SOJ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (może zawierać: GOR.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (SOJ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 60 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (SOJ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Kasza gryczana 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Kasza gryczana 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Kasza gryczana 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Deser mleczny z tapioki z brzoskwinia i truskawkami 200 g (MLE, S02.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Deser mleczny z tapioki z brzoskwinia i truskawkami 200 g (MLE, S02.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Deser mleczny z tapioki z brzoskwinia i truskawkami 200 g (MLE, S02.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 90 g (SEL.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 90 g (SEL.) Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 90 g (SEL.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 90 g (SEL.) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL.)
	PN			Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2448.77 kcal; Białko ogółem: 118.61 g; Tłuszcz: 93.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 297.04 g; W tym cukry: 62.29 g; Błonnik pok.: 32.77 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 2209.89 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 74.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 296.49 g; W tym cukry: 68.45 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2217.09 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 81.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 269.84 g; W tym cukry: 35.14 g; Błonnik pok.: 39.61 g; Sól: 9.21 g;	Wartość energetyczna: 2508.17 kcal; Białko ogółem: 121.25 g; Tłuszcz: 93.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 307.93 g; W tym cukry: 62.29 g; Błonnik pok.: 35.74 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 2223.93 kcal; Białko ogółem: 104.16 g; Tłuszcz: 72.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.07 g; Węglowodany ogółem: 300.44 g; W tym cukry: 68.68 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 7.47 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-10-19 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Tofu 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Roszponka 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Tofu 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Roszponka 10 g
	II ŚN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				
	Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem * 300 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 Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka Coleslaw 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Owsianka budyniowa z bananem i borówką z posypką chia 200 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Owsianka budyniowa z bananem i borówką z posypką chia 200 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Słupki z marchewki 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2578.63 kcal; Białko ogółem: 137.49 g; Tłuszcz: 98.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 299.15 g; W tym cukry: 94.30 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2429.78 kcal; Białko ogółem: 141.32 g; Tłuszcz: 83.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 292.92 g; W tym cukry: 86.99 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 2418.96 kcal; Białko ogółem: 141.80 g; Tłuszcz: 103.94 g; Kw. tł. nasy.: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 245.72 g; W tym cukry: 49.58 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 2578.63 kcal; Białko ogółem: 137.49 g; Tłuszcz: 98.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 299.15 g; W tym cukry: 94.30 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2429.78 kcal; Białko ogółem: 142.77 g; Tłuszcz: 83.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 289.89 g; W tym cukry: 86.17 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sól: 9.12 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-10-20 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków, parzony, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków, parzony, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków, parzony, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków, parzony, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków, parzony, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Muffin marchewkowy z orzechami o niskim IG + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ORZ.</u>)				
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z selera i rodzynek () 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z selera i jabłka 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Naleśniki pełnoziarniste z ruskim nadzieniem () + 2 [Por] x 140 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos pieczarkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z selera i rodzynek () 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 90 g	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2190.06 kcal; Białko ogółem: 73.47 g; Tłuszcz: 57.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 357.70 g; W tym cukry: 99.50 g; Błonnik pok.: 42.97 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2099.15 kcal; Białko ogółem: 71.75 g; Tłuszcz: 49.47 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 350.63 g; W tym cukry: 101.40 g; Błonnik pok.: 35.50 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 1999.84 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 73.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; Węglowodany ogółem: 272.36 g; W tym cukry: 60.22 g; Błonnik pok.: 49.10 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2265.06 kcal; Białko ogółem: 74.07 g; Tłuszcz: 57.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.30 g; Węglowodany ogółem: 375.85 g; W tym cukry: 114.05 g; Błonnik pok.: 45.97 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2100.90 kcal; Białko ogółem: 71.68 g; Tłuszcz: 51.11 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; W tym cukry: 105.56 g; Błonnik pok.: 35.56 g; Sól: 5.34 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-10-21 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Powidla śliwkowe 25 g Ser ricotta z cynamonem + 100 g (JAJ, MLE.) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Ser ricotta z cynamonem + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Powidla śliwkowe 25 g Ser ricotta z cynamonem + 100 g (JAJ, MLE.) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Ser ricotta z cynamonem + 100 g (JAJ, MLE.) Pasta warzywna () 100 g (SEL.)
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-podstawa 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wykwinna z olejem- podstawa 100 g (JAJ, GOR.) Marchew mini z sezamem + 100 g (SEZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew mini z sezamem + 100 g (SEZ.) Fasolka szparagowa z wody zółta* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką *-podstawa 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody zółta* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką *-podstawa 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wykwinna z olejem- podstawa 100 g (JAJ, GOR.) Marchew mini z sezamem + 100 g (SEZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew mini z sezamem + 100 g Fasolka szparagowa z wody zółta* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 90 g Sałata lodowa 10 g	Chleb Graham 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 100 g
	PN			Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 30 g		
		Wartość energetyczna: 2234.18 kcal; Białko ogółem: 95.24 g; Tłuszcz: 80.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 298.67 g; W tym cukry: 108.03 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2036.52 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 60.20 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; Węglowodany ogółem: 285.40 g; W tym cukry: 108.77 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 5.96 g;	Wartość energetyczna: 1971.94 kcal; Białko ogółem: 126.84 g; Tłuszcz: 59.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 246.91 g; W tym cukry: 50.14 g; Błonnik pok.: 31.65 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 2439.27 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 87.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 323.76 g; W tym cukry: 109.09 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2077.54 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 60.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 295.42 g; W tym cukry: 114.05 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 6.01 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-10-22 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>) Rukola 10 g	Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>) Rukola 10 g	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>) Rukola 10 g	20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>) Rukola 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>) Rukola 10 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL, GOR.</u>) Zrazik wołowy mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczeniowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu 100 g (<u>MLE, SO2.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wołowy mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczeniowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wołowy mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczeniowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (<u>MLE, SO2.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL, GOR.</u>) Zrazik wołowy mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczeniowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu 100 g (<u>MLE, SO2.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wołowy mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczeniowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym & 200 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym & 200 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab pieczony w rękawie 60 g Sos śliwkowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Mix sałat 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab pieczony w rękawie 60 g Pomidor b/skórki 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab pieczony w rękawie 60 g Sos śliwkowy 50 g (<u>MLE</u>) Mix sałat 10 g Pomidorki koktajlowe 90 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab pieczony w rękawie 60 g Sos śliwkowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 90 g Mix sałat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab pieczony w rękawie 60 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2193.46 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 296.29 g; W tym cukry: 61.37 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 2048.20 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 54.34 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 304.78 g; W tym cukry: 55.65 g; Błonnik pok.: 19.22 g; Sól: 5.04 g;	Wartość energetyczna: 2164.79 kcal; Białko ogółem: 102.30 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 279.15 g; W tym cukry: 45.53 g; Błonnik pok.: 29.30 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2268.46 kcal; Białko ogółem: 97.09 g; Tłuszcz: 74.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 314.44 g; W tym cukry: 75.92 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2003.90 kcal; Białko ogółem: 95.47 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; Węglowodany ogółem: 308.31 g; W tym cukry: 58.36 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sól: 4.80 g;	

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-10-23 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Cwikła z jabłkiem () 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Cwikła z jabłkiem () 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp ()-dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp ()-dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 10 g Pomidor b/skórki 90 g	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 100 g
	PN			Muffin czekoladowy dla cukrzyków + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2121.72 kcal; Białko ogółem: 94.33 g; Tłuszcz: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 290.78 g; W tym cukry: 76.23 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 1844.80 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 45.41 g; Kw. tł. nasy.: 16.15 g; Węglowodany ogółem: 269.31 g; W tym cukry: 76.16 g; Błonnik pok.: 16.31 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2264.30 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 93.64 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 247.46 g; W tym cukry: 30.14 g; Błonnik pok.: 36.53 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2211.01 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 78.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.30 g; Węglowodany ogółem: 292.58 g; W tym cukry: 77.57 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 1860.41 kcal; Białko ogółem: 97.71 g; Tłuszcz: 45.51 g; Kw. tł. nasy.: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 271.18 g; W tym cukry: 77.82 g; Błonnik pok.: 15.43 g; Sól: 6.84 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-10-24 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Słupki z warzyw () 90 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 90 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Słupki z warzyw () 90 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Słupki z warzyw () 90 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba panierowany smażona (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba panierowany smażona (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Pulpet rybny (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Koktajl z jagód * 200 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Koktajl z jagód b/c* 200 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Koktajl z jagód * 200 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany z kurnej półki-produkt drobiowy, parzony 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany z kurnej półki-produkt drobiowy, parzony 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g Pomidor b/skórki 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki-produkt drobiowy, parzony 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Roszponka 10 g Ogórek kiszony 90 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany z kurnej półki-produkt drobiowy, parzony 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany z kurnej półki-produkt drobiowy, parzony 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g				
		Wartość energetyczna: 2143.08 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 66.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.11 g; Węglowodany ogółem: 295.85 g; W tym cukry: 85.68 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 1971.01 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; Tłuszcz: 49.78 g; Kw. tł. nasy.: 17.79 g; Węglowodany ogółem: 290.18 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 1839.74 kcal; Białko ogółem: 100.51 g; Tłuszcz: 55.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 245.28 g; W tym cukry: 40.69 g; Błonnik pok.: 32.46 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2256.48 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 66.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; Węglowodany ogółem: 319.70 g; W tym cukry: 86.10 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 1994.34 kcal; Białko ogółem: 97.99 g; Tłuszcz: 49.03 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 299.39 g; W tym cukry: 91.84 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sól: 5.79 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-10-25 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą duszony 250 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Surówka z marchwi 100 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Buraczki gotowane () 100 g Surówka z marchwi 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą duszony 250 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kalafior gotowany* 100 g Surówka z marchwi b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą duszony 250 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Surówka z marchwi 100 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kasza jaglana na mleku z dodatkiem malin 200 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Sałatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku z dodatkiem malin 200 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Zapiekanka makaronowa z wieprzowiną i warzywami + 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Zapiekanka makaronowa z wieprzowiną i warzywami + 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Zapiekanka makaronowa z wieprzowiną i warzywami + 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Zapiekanka makaronowa z wieprzowiną i warzywami + 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Zapiekanka makaronowa z wieprzowiną i warzywami + 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN			Jabłko 1 szt 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2125.33 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 284.23 g; W tym cukry: 71.77 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2121.50 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 51.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.67 g; Węglowodany ogółem: 315.30 g; W tym cukry: 72.17 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2110.84 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; Tłuszcz: 72.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 269.23 g; W tym cukry: 43.99 g; Błonnik pok.: 39.65 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 2200.33 kcal; Białko ogółem: 110.71 g; Tłuszcz: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 302.38 g; W tym cukry: 86.32 g; Błonnik pok.: 34.98 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2120.05 kcal; Białko ogółem: 114.90 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 318.21 g; W tym cukry: 76.98 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 7.82 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-10-26 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Kabanos drobiowo-wieprzowy średnio rozdrobniony wędzony, parzony, suszony. 30 g Rzodkiew biała 90 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Kurczak pieczony 60 g Mix салат 10 g Pomidor b/skórki 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Kurczak pieczony 60 g Rzodkiew biała 90 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Kabanos drobiowo-wieprzowy średnio rozdrobniony wędzony, parzony, suszony. 30 g Rzodkiew biała 90 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Kurczak pieczony 60 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor b/skórki 100 g
	II ŚN	Jogurt naturalny 150 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa zielona z bułką tartą i z olejem * 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos pieczeniowy 100 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa zielona z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos pieczeniowy 100 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa zielona z wody* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa zielona z bułką tartą i z olejem * 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczeniowy 100 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa zielona z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Pudding z nasion chia na mleku z mango & 150 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pudding z nasion chia na mleku z mango & 150 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Pudding z nasion chia na mleku z mango & 150 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Pudding z nasion chia na mleku z mango & 150 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Surówka z selera naciowego i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Twarożek po grecku 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Twarożek z natką pietruszki 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Twarożek po grecku 60 g (MLE.) Surówka z selera naciowego i jabłka b /cukru () 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Surówka z selera naciowego i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Twarożek po grecku 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Twarożek z natką pietruszki 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany z kunej półki- produkt drobiowy, parzony 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SĘZ.) Sałata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 2523.91 kcal; Białko ogółem: 127.62 g; Tłuszcz: 80.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 333.94 g; W tym cukry: 116.34 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2399.36 kcal; Białko ogółem: 148.05 g; Tłuszcz: 65.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 316.25 g; W tym cukry: 119.30 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2238.78 kcal; Białko ogółem: 158.32 g; Tłuszcz: 70.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 259.54 g; W tym cukry: 54.78 g; Błonnik pok.: 32.08 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 2720.39 kcal; Białko ogółem: 138.16 g; Tłuszcz: 87.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 358.05 g; W tym cukry: 116.56 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2424.59 kcal; Białko ogółem: 134.70 g; Tłuszcz: 70.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 324.13 g; W tym cukry: 120.18 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 7.19 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - 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,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,