

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-05 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II SN			Jabłko 1 szt 1 szt		
	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 300 g Surówka z selera i jabłka 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	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 300 g Surówka z selera i jabłka 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka z selera i jabłka b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka z selera i jabłka 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 300 g Surówka z selera i jabłka 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml
	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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2074.96 kcal; Białko ogółem: 69.38 g; Tłuszcz: 55.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 332.71 g; W tym cukry: 51.45 g; Błonnik pok.: 30.06 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2096.25 kcal; Białko ogółem: 72.22 g; Tłuszcz: 57.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 330.83 g; W tym cukry: 51.83 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 1932.28 kcal; Białko ogółem: 75.25 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 302.53 g; W tym cukry: 61.00 g; Błonnik pok.: 40.57 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2224.96 kcal; Białko ogółem: 70.58 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 369.01 g; W tym cukry: 80.55 g; Błonnik pok.: 36.06 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2175.00 kcal; Białko ogółem: 75.93 g; Tłuszcz: 60.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; W tym cukry: 60.93 g; Błonnik pok.: 30.30 g; Sól: 7.27 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-06 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Bohuna wieprz. z dodatkiem wody i białka wieprzowego wędzonka wieprzowa szynka z okrywą tłuszczowa, parzona, wędzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 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, SO2.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	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 b/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 50 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretk drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN				Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 0,5 [Por] x 30 g Sałata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 2067.57 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 60.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 304.71 g; W tym cukry: 56.51 g; Błonnik pok.: 19.91 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2109.10 kcal; Białko ogółem: 86.24 g; Tłuszcz: 60.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 313.06 g; W tym cukry: 60.76 g; Błonnik pok.: 19.59 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2197.41 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 77.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 270.80 g; W tym cukry: 26.71 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 9.74 g;	Wartość energetyczna: 2399.49 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; Tłuszcz: 73.60 g; Kw. tł. nasy.: 33.40 g; Węglowodany ogółem: 347.63 g; W tym cukry: 79.80 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2284.36 kcal; Białko ogółem: 83.65 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; W tym cukry: 67.27 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sól: 5.62 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-07 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 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>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 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>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 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>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 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>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Pomarańcza 1 szt. 1 szt		
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Cwikła z chrzanem () 150 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Cwikła z chrzanem b/c () 150 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Cwikła z chrzanem () 150 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 300 g Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 2521.63 kcal; Białko ogółem: 99.02 g; Tłuszcz: 85.32 g; Kw. tł. nasy.: 37.00 g; Węglowodany ogółem: 351.13 g; W tym cukry: 76.05 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2027.30 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz: 46.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 326.17 g; W tym cukry: 72.47 g; Błonnik pok.: 19.50 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2450.72 kcal; Białko ogółem: 110.40 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kw. tł. nasy.: 42.82 g; Węglowodany ogółem: 342.48 g; W tym cukry: 65.42 g; Błonnik pok.: 38.23 g; Sól: 9.08 g;	Wartość energetyczna: 2883.42 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 99.32 g; Kw. tł. nasy.: 44.13 g; Węglowodany ogółem: 403.90 g; W tym cukry: 98.08 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2033.45 kcal; Białko ogółem: 84.52 g; Tłuszcz: 47.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 326.76 g; W tym cukry: 75.15 g; Błonnik pok.: 18.65 g; Sól: 6.15 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-08 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Jablko 1 szt 1 szt		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml
	PD	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Maślanka 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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 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 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 2108.11 kcal; Białko ogółem: 78.20 g; Tłuszcz: 61.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.74 g; Węglowodany ogółem: 323.22 g; W tym cukry: 61.71 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 8.55 g;	Wartość energetyczna: 1921.89 kcal; Białko ogółem: 74.96 g; Tłuszcz: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 294.93 g; W tym cukry: 64.56 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2012.21 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 64.19 g; Kw. tł. nasy.: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 286.99 g; W tym cukry: 50.14 g; Błonnik pok.: 36.66 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2404.79 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; Tłuszcz: 71.48 g; Kw. tł. nasy.: 33.58 g; Węglowodany ogółem: 365.39 g; W tym cukry: 76.54 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sól: 9.73 g;	Wartość energetyczna: 1911.46 kcal; Białko ogółem: 79.74 g; Tłuszcz: 52.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 288.33 g; W tym cukry: 59.35 g; Błonnik pok.: 20.12 g; Sól: 5.57 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-09 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)
	II SN			Sok pomidorowy 200 ml		
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kotlet z ryby (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kotlet z ryby (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 300 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Dżem 25 g Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Wafle ryżowe 30 g		
		Wartość energetyczna: 2242.19 kcal; Białko ogółem: 84.00 g; Tłuszcz: 63.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 343.28 g; W tym cukry: 89.32 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2188.47 kcal; Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 326.76 g; W tym cukry: 81.13 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sól: 5.96 g;	Wartość energetyczna: 2084.86 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 62.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 55.04 g; Błonnik pok.: 35.81 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2391.59 kcal; Białko ogółem: 88.06 g; Tłuszcz: 64.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 374.73 g; W tym cukry: 94.94 g; Błonnik pok.: 31.11 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2229.51 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 60.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 338.64 g; W tym cukry: 83.03 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sól: 4.99 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-10 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 75 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 60 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, ŚO2.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 60 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, ŚO2.</u>) Rzodkiew biała 50 g Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 75 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 60 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, ŚO2.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 300 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kisiel o smaku cytrynowym 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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 50 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 50 g (<u>SEL.</u>)	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 50 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 50 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 50 g (<u>SEL.</u>)
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2343.96 kcal; Białko ogółem: 83.94 g; Tłuszcz: 84.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 322.57 g; W tym cukry: 61.32 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2199.67 kcal; Białko ogółem: 81.65 g; Tłuszcz: 69.70 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 321.90 g; W tym cukry: 69.74 g; Błonnik pok.: 23.89 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2346.41 kcal; Białko ogółem: 101.70 g; Tłuszcz: 86.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 308.22 g; W tym cukry: 38.61 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 2678.84 kcal; Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 99.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 365.03 g; W tym cukry: 76.15 g; Błonnik pok.: 32.86 g; Sól: 10.80 g;	Wartość energetyczna: 2243.87 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 331.16 g; W tym cukry: 76.72 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 7.33 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-11 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II SN			Sok pomidorowy 200 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka Colesław 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka Colesław 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 300 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml
	PD	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Wafle ryżowe 30 g		
		Wartość energetyczna: 2371.87 kcal; Białko ogółem: 120.46 g; Tłuszcz: 80.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 302.63 g; W tym cukry: 74.43 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2302.69 kcal; Białko ogółem: 123.27 g; Tłuszcz: 73.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 299.74 g; W tym cukry: 65.60 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2373.12 kcal; Białko ogółem: 128.46 g; Tłuszcz: 84.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.33 g; Węglowodany ogółem: 290.46 g; W tym cukry: 53.42 g; Błonnik pok.: 34.58 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2521.27 kcal; Białko ogółem: 124.52 g; Tłuszcz: 82.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.26 g; Węglowodany ogółem: 334.08 g; W tym cukry: 80.05 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2331.78 kcal; Białko ogółem: 126.67 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 302.69 g; W tym cukry: 68.21 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 6.21 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-12 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica 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			Jabłko 1 szt 1 szt		
	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 selerą i jabłką 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	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 selerą i jabłką 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selerą i jabłką b/c 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	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 selerą i jabłką 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	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 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 20 g	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 20 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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 20 g
	PN			Wafle ryżowe 30 g		
		Wartość energetyczna: 2153.94 kcal; Białko ogółem: 72.62 g; Tłuszcz: 55.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 352.88 g; W tym cukry: 93.36 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2181.18 kcal; Białko ogółem: 72.85 g; Tłuszcz: 55.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 358.32 g; W tym cukry: 93.34 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2202.56 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 65.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 330.77 g; W tym cukry: 53.50 g; Błonnik pok.: 33.31 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2342.34 kcal; Białko ogółem: 75.68 g; Tłuszcz: 56.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 394.88 g; W tym cukry: 108.33 g; Błonnik pok.: 30.80 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2171.31 kcal; Białko ogółem: 73.66 g; Tłuszcz: 56.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 352.81 g; W tym cukry: 94.66 g; Błonnik pok.: 21.39 g; Sól: 5.39 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-13 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 50 g	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 50 g
	II ŚN			Mandarynka 1 szt		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-podstawa 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka wykwintna z olejem- podstawa 150 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-podstawa 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-podstawa 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka wykwintna z olejem- podstawa 150 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 300 g Marchew oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 50 g	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 50 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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 50 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 50 g
	PN			Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 30 g		
		Wartość energetyczna: 2182.47 kcal; Białko ogółem: 75.37 g; Tłuszcz: 79.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 300.20 g; W tym cukry: 56.69 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2021.31 kcal; Białko ogółem: 83.17 g; Tłuszcz: 59.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 297.31 g; W tym cukry: 57.79 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 2193.23 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 81.26 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 275.58 g; W tym cukry: 38.89 g; Błonnik pok.: 32.93 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2454.26 kcal; Białko ogółem: 87.72 g; Tłuszcz: 89.31 g; Kw. tł. nasy.: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 336.55 g; W tym cukry: 67.01 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2044.81 kcal; Białko ogółem: 86.48 g; Tłuszcz: 59.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 298.90 g; W tym cukry: 59.22 g; Błonnik pok.: 18.46 g; Sól: 4.82 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-14 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 50 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu 150 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 150 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu 150 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 300 g Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 2236.93 kcal; Białko ogółem: 74.76 g; Tłuszcz: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 34.41 g; Węglowodany ogółem: 325.03 g; W tym cukry: 63.23 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2121.57 kcal; Białko ogółem: 75.86 g; Tłuszcz: 56.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 336.82 g; W tym cukry: 62.65 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2378.94 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 77.81 g; Kw. tł. nasy.: 37.14 g; Węglowodany ogółem: 338.95 g; W tym cukry: 38.46 g; Błonnik pok.: 39.27 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2684.39 kcal; Białko ogółem: 94.53 g; Tłuszcz: 96.17 g; Kw. tł. nasy.: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 374.85 g; W tym cukry: 65.12 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 2098.60 kcal; Białko ogółem: 78.55 g; Tłuszcz: 53.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 336.79 g; W tym cukry: 66.42 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 5.03 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-15 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Mandarynka 1 szt		
	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>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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* 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	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>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	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* 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kefir 2% tł 150 ml (<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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g
	PN			Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2104.47 kcal; Białko ogółem: 75.70 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 287.47 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 1818.13 kcal; Białko ogółem: 80.03 g; Tłuszcz: 52.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 262.33 g; W tym cukry: 45.98 g; Błonnik pok.: 15.12 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2077.55 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 80.37 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 268.53 g; W tym cukry: 34.29 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 2262.27 kcal; Białko ogółem: 79.60 g; Tłuszcz: 79.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 320.27 g; W tym cukry: 61.50 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 1842.13 kcal; Białko ogółem: 83.39 g; Tłuszcz: 52.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 264.01 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 13.32 g; Sól: 6.47 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-16 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Sok pomidorowy 200 ml				
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ryba panierowany smażona (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ryba panierowany smażona (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Pulpet rybny (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 300 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym 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 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g Jabiko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g Jabko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g				
		Wartość energetyczna: 2347.33 kcal; Białko ogółem: 80.77 g; Tłuszcz: 71.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 355.11 g; W tym cukry: 103.03 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2172.59 kcal; Białko ogółem: 83.88 g; Tłuszcz: 55.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 345.67 g; W tym cukry: 102.39 g; Błonnik pok.: 25.27 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2080.27 kcal; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz: 59.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 309.08 g; W tym cukry: 61.99 g; Błonnik pok.: 35.27 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2496.73 kcal; Białko ogółem: 84.83 g; Tłuszcz: 72.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 386.56 g; W tym cukry: 108.65 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2213.64 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 54.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 357.55 g; W tym cukry: 104.29 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 4.97 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-17 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 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: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/śkórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 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: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 75 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 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: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/śkórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Sałata zielona 5 g		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Surówka z marchwi 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Buraczki gotowane () 150 g Surówka z marchwi 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Surówka z marchwi b/c 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Surówka z marchwi 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 300 g Buraczki gotowane () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml
	PD	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z makaronu pełnoziarnistego- dieta* 100 g (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	N			Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2128.34 kcal; Białko ogółem: 65.53 g; Tłuszcz: 66.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 327.85 g; W tym cukry: 58.73 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2151.07 kcal; Białko ogółem: 80.60 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 352.05 g; W tym cukry: 73.50 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2130.81 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 64.28 g; Kw. tł. nasy.: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 315.43 g; W tym cukry: 46.99 g; Błonnik pok.: 42.17 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2425.02 kcal; Białko ogółem: 77.69 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 370.01 g; W tym cukry: 73.56 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2017.00 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 46.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 328.35 g; W tym cukry: 65.36 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sól: 7.30 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-18 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Rzodkiew biała 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor b/skórki 50 g
	II ŚN			Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką* 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 300 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Mandarynka 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany z kunej półki- produkt drobiowy, parzony 30 g Sałata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 2413.03 kcal; Białko ogółem: 83.81 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 377.47 g; W tym cukry: 94.91 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2263.74 kcal; Białko ogółem: 95.17 g; Tłuszcz: 50.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 369.28 g; W tym cukry: 95.40 g; Błonnik pok.: 22.76 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2058.48 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 60.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 289.15 g; W tym cukry: 49.79 g; Błonnik pok.: 33.97 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2757.42 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 80.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 419.95 g; W tym cukry: 101.34 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2302.59 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 55.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 378.22 g; W tym cukry: 96.94 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 6.28 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,
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,
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,