

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-12-22 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>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 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>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</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>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 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>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 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>) 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	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	Fasolowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami*() 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami*() 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Jaglanka na mleku z owocami & 200 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Salatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jaglanka na mleku z owocami & 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 Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata 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 Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata 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 Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata 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 Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata 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 Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	FN			Wafle ryżowe 30 g		
		Wartość energetyczna: 2151.20 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 56.07 g; Kw. tł. nasy.: 16.76 g; Węglowodany ogółem: 333.64 g; W tym cukry: 67.14 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2053.18 kcal; Białko ogółem: 80.63 g; Tłuszcz: 50.56 g; Kw. tł. nasy.: 13.36 g; Węglowodany ogółem: 326.77 g; W tym cukry: 70.33 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2072.34 kcal; Białko ogółem: 93.70 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; W tym cukry: 30.58 g; Błonnik pok.: 38.56 g; Sól: 9.21 g;	Wartość energetyczna: 2336.74 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 58.24 g; Kw. tł. nasy.: 17.02 g; Węglowodany ogółem: 370.46 g; W tym cukry: 68.34 g; Błonnik pok.: 34.60 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2045.32 kcal; Białko ogółem: 81.87 g; Tłuszcz: 49.93 g; Kw. tł. nasy.: 13.28 g; Węglowodany ogółem: 325.61 g; W tym cukry: 71.88 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sól: 5.94 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-12-23 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 JECZ.</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 JECZ.</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 tłuszczowa, parzona, wędzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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>) Dżem 25 g 1 szt Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka owocowa 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	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>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II ŚN	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>)			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Zupa krem z brokuła z grzankami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ŚEL, może zawierać: SOJ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 150 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa krem z brokuła z grzankami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ŚEL, może zawierać: SOJ.</u>) Gulasz wołowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 150 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa krem z brokuła z grzankami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ŚEL, może zawierać: SOJ.</u>) Ryż na sypko 150 g Gulasz wołowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa krem z brokuła z grzankami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ŚEL, może zawierać: SOJ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 150 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa krem z brokuła z grzankami + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ŚEL, może zawierać: SOJ.</u>) Gulasz wołowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 150 g Buraczki gotowane () 200 g 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 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 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>) Rzodkiew biała 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 Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 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>) Rzodkiew biała 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 Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Rzodkiew biała 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 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: 2050.17 kcal; Białko ogółem: 85.48 g; Tłuszcz: 60.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 303.54 g; W tym cukry: 101.39 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2026.23 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 57.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.84 g; Węglowodany ogółem: 300.97 g; W tym cukry: 100.51 g; Błonnik pok.: 21.57 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2063.59 kcal; Białko ogółem: 112.06 g; Tłuszcz: 73.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 253.73 g; W tym cukry: 42.82 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 8.50 g;	Wartość energetyczna: 2321.15 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 70.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 338.50 g; W tym cukry: 118.12 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2136.14 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 58.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 325.25 g; W tym cukry: 115.75 g; Błonnik pok.: 22.17 g; Sól: 5.92 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-12-24 środa	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata 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 długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<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	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt		Pudding z nasion chia z mango & 150 g (<u>MLE.</u>)	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	
	Obiad	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml 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	Barszcz czerwony czysty 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100 g Mandarynka 2 szt Napar jabłkowy z/c 250 ml	Barszcz czerwony czysty 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mandarynka 2 szt Napar jabłkowy z/c 250 ml	Barszcz czerwony czysty 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Mandarynka 2 szt Napar jabłkowy b/c 250 ml	Barszcz czerwony czysty 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100 g Mandarynka 2 szt Napar jabłkowy z/c 250 ml	Barszcz czerwony czysty 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mandarynka 2 szt Napar jabłkowy z/c 250 ml
	PN			Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 2406.86 kcal; Białko ogółem: 79.61 g; Tłuszcz: 76.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.58 g; Węglowodany ogółem: 361.94 g; W tym cukry: 92.17 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2072.05 kcal; Białko ogółem: 81.11 g; Tłuszcz: 44.95 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 348.59 g; W tym cukry: 96.47 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 4.48 g;	Wartość energetyczna: 2043.07 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 53.69 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 312.56 g; W tym cukry: 79.74 g; Błonnik pok.: 38.67 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2702.63 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 88.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 398.29 g; W tym cukry: 93.54 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2076.80 kcal; Białko ogółem: 81.80 g; Tłuszcz: 45.01 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; W tym cukry: 96.87 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 4.27 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-12-25 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 90 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 80 g (<u>GLUPSZ.</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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLUPSZ.</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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krem ziemniaczany z grzankami* 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krem ziemniaczany z grzankami* 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	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 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Salatka jarzynowa* 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Salatka jarzynowa* 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	FN			Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2100.64 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.62 g; Węglowodany ogółem: 308.29 g; W tym cukry: 75.76 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 1994.82 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 45.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 311.34 g; W tym cukry: 74.70 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 1731.19 kcal; Białko ogółem: 93.00 g; Tłuszcz: 43.31 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 259.96 g; W tym cukry: 62.86 g; Błonnik pok.: 36.55 g; Sól: 9.88 g;	Wartość energetyczna: 2175.64 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 60.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.68 g; Węglowodany ogółem: 326.44 g; W tym cukry: 90.31 g; Błonnik pok.: 33.52 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2081.76 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 52.66 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 321.35 g; W tym cukry: 75.72 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 8.25 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-12-26 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 90 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - 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 80 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 90 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 90 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLUPSZ.</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	Seler naciowy 100 g (<u>SEL.</u>) Dip jogurtowo-koperkowy 50 g (<u>MLE.</u>)	Pieczone marchewki mini 100 g Dip jogurtowo-koperkowy 50 g (<u>MLE.</u>)	Seler naciowy 100 g (<u>SEL.</u>) Dip jogurtowo-koperkowy 50 g (<u>MLE.</u>)	Pieczone marchewki mini 100 g Dip jogurtowo-koperkowy 50 g (<u>MLE.</u>)	Pieczone marchewki mini 100 g Dip jogurtowo-koperkowy 50 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Pomidorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem (bez cukru) 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<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	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałata zielona 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mandarynka 2 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mandarynka 2 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mandarynka 2 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2210.04 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 71.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 299.26 g; W tym cukry: 108.64 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2155.07 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 59.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 300.54 g; W tym cukry: 116.42 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 1981.18 kcal; Białko ogółem: 121.26 g; Tłuszcz: 62.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 247.80 g; W tym cukry: 62.07 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 10.10 g;	Wartość energetyczna: 2270.04 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 71.69 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 313.66 g; W tym cukry: 120.64 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2160.90 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 59.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 309.55 g; W tym cukry: 117.30 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 7.36 g;

	PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-12-27 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>) Kielbaski śląskie z kurcząt na ciepło 100 g (<u>może zawierać: GOR.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Musztarda 15g szaszetka 1 szt (<u>GOR.</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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 60 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 60 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 60 g Twaróg półtłusty 50 g (<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	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	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	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	Bułka pszenna długa krojona 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
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 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>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 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>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g 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>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Deser mleczny z tapioki z brzoskwinia i truskawkami 200 g (<u>MLE, S02.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Deser mleczny z tapioki z brzoskwinia i truskawkami 200 g (<u>MLE, S02.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Deser mleczny z tapioki z brzoskwinia i truskawkami 200 g (<u>MLE, S02.</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 Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Rzodkiew biała 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 Baton szynkowy z kurcząt 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Rzodkiew biała 90 g Sałata zielona 10 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 z soczewicy czerwonej 80 g Rzodkiew biała 90 g Sałata zielona 10 g
	PN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2362.46 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 87.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 305.55 g; W tym cukry: 60.43 g; Błonnik pok.: 33.51 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2145.88 kcal; Białko ogółem: 95.92 g; Tłuszcz: 74.44 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 283.42 g; W tym cukry: 59.47 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2114.56 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 73.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 275.30 g; W tym cukry: 34.53 g; Błonnik pok.: 40.35 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2167.28 kcal; Białko ogółem: 98.78 g; Tłuszcz: 74.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 284.98 g; W tym cukry: 61.09 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 6.70 g;

	PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna	
2025-12-28 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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>) Tofu 50 g (<u>SOJ.</u>) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Słupki z marchewki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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>) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Słupki z marchewki 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 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>) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II śN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet mielony wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Papryka świeża 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 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 Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Papryka świeża 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Papryka świeża 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2283.77 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 81.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 304.02 g; W tym cukry: 79.48 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 10.43 g;	Wartość energetyczna: 1978.74 kcal; Białko ogółem: 88.24 g; Tłuszcz: 58.83 g; Kw. tł. nasy.: 17.99 g; Węglowodany ogółem: 285.07 g; W tym cukry: 73.38 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 1990.18 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 71.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 254.82 g; W tym cukry: 47.46 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sól: 10.65 g;	Wartość energetyczna: 2358.77 kcal; Białko ogółem: 98.01 g; Tłuszcz: 82.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 322.17 g; W tym cukry: 94.03 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 10.44 g;	Wartość energetyczna: 1990.05 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 58.94 g; Kw. tł. nasy.: 17.97 g; Węglowodany ogółem: 285.92 g; W tym cukry: 74.40 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 8.83 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-12-29 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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Pasta z brokuła* 50 g Pomidorki koktajlowe 50 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata 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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Pasta z brokuła* 50 g Pomidor b/śkórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata 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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Pasta z brokuła* 50 g Pomidorki koktajlowe 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata 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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Pasta z brokuła* 50 g Pomidorki koktajlowe 50 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 60 g Pasta z brokuła* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II ŚN	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Naleśniki z serem i owocami B 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mandarynka 2 szt Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</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 marchwi z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Naleśniki z serem i owocami B 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mandarynka 2 szt Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym 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 Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>) Roszponka 10g Salatka z pomidorów i koperku 100 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>) Roszponka 10g Salatka z pomidorów i koperku 100 g	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>) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Roszponka 10g 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 Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>) Roszponka 10g Salatka z pomidorów i koperku 100 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/śkórki 100 g
	PN			Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.roz.d.wędz.parzo.z dodał.wody w osł.niejad 30 g Salata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 2278.47 kcal; Białko ogółem: 90.98 g; Tłuszcz: 70.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 329.20 g; W tym cukry: 132.63 g; Błonnik pok.: 19.83 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2275.33 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 63.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; Węglowodany ogółem: 341.83 g; W tym cukry: 127.62 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2349.56 kcal; Białko ogółem: 107.88 g; Tłuszcz: 98.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 276.81 g; W tym cukry: 64.22 g; Błonnik pok.: 38.18 g; Sól: 11.15 g;	Wartość energetyczna: 2478.45 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 78.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 354.17 g; W tym cukry: 132.85 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 2266.77 kcal; Białko ogółem: 99.10 g; Tłuszcz: 62.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 343.09 g; W tym cukry: 128.26 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 7.45 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-12-30 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>) Powidła śliwkowe 25 g Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona z oliwą 60 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 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 Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona z oliwą 60 g	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Salata zielona z oliwą 60 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 długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 25 g Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona z oliwą 60 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 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna () 100 g (<u>SEL.</u>)
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wołowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza gryczana 150 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wołowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wołowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza gryczana 150 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wołowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza gryczana 150 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wołowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<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	Jogurt truskawkowy 150g 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 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 90 g Salata lodowa 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 Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 90 g Salata lodowa 10 g	Chleb Graham 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 90 g Salata lodowa 10 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 z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek kiszony 90 g Salata lodowa 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 Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 100 g
	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 Pomidor 30 g		
		Wartość energetyczna: 2387.79 kcal; Białko ogółem: 106.42 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 336.29 g; W tym cukry: 120.92 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2145.95 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 54.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 329.53 g; W tym cukry: 126.85 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 4.51 g;	Wartość energetyczna: 2242.60 kcal; Białko ogółem: 120.77 g; Tłuszcz: 81.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 273.88 g; W tym cukry: 46.57 g; Błonnik pok.: 35.69 g; Sól: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2592.87 kcal; Białko ogółem: 118.10 g; Tłuszcz: 83.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 361.38 g; W tym cukry: 121.98 g; Błonnik pok.: 32.93 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2159.55 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 48.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 346.54 g; W tym cukry: 134.61 g; Błonnik pok.: 30.12 g; Sól: 4.72 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2025-12-31 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salatka grecka z serem feta & 150 g (<u>MLE</u>) Salata 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salatka wiosenna - dieta z serem mozzarella 150 g (<u>MLE</u>) Salata 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,</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>) Salatka grecka z serem feta & 150 g (<u>MLE</u>) Salata 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salatka grecka z serem feta & 150 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 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	Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (<u>MLE</u>) Rukola 10 g	Pieczynko chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (<u>MLE</u>) Rukola 10 g	Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (<u>MLE</u>) Rukola 10 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (<u>MLE</u>) Rukola 10 g
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łazanki z kapustą i kielbasą 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron penne 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron penne 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron penne 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	X Ryż na mleku z musem truskawkowym + 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>) Salata zielona 5 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	X Ryż na mleku z musem truskawkowym + 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 салат 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 салат 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 салат 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 салат 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			Melon 150 g		
		Wartość energetyczna: 2426.00 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 91.67 g; Kw. tł. nasy.: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 318.33 g; W tym cukry: 92.20 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2380.12 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 84.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 305.78 g; W tym cukry: 79.15 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2297.06 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 91.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.90 g; Węglowodany ogółem: 271.27 g; W tym cukry: 55.90 g; Błonnik pok.: 38.26 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2408.31 kcal; Białko ogółem: 101.31 g; Tłuszcz: 83.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 324.41 g; W tym cukry: 97.64 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2093.86 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 61.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.58 g; Węglowodany ogółem: 298.53 g; W tym cukry: 75.28 g; Błonnik pok.: 20.44 g; Sól: 5.63 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-01 czwartek	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ.</u> <u>SEL.</u> <u>może zawierać: MLE.</u> <u>GOR.</u>) Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ.</u> <u>SEL.</u> <u>może zawierać: MLE.</u> <u>GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ.</u> <u>SEL.</u> <u>może zawierać: MLE.</u> <u>GOR.</u>) Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z napojem sojowym b/c 250 ml (<u>SOJ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ.</u> <u>SEL.</u> <u>może zawierać: MLE.</u> <u>GOR.</u>) Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (<u>SOJ.</u> <u>SEL.</u> <u>może zawierać: MLE.</u> <u>GOR.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>SOJ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 300 g Dynia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 250 ml
	PD	Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <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.</u> <u>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.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Bulka 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 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.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 50 g	Bulka 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			Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2037.51 kcal; Białko ogółem: 77.61 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.20 g; Węglowodany ogółem: 299.51 g; W tym cukry: 36.88 g; Błonnik pok.: 20.44 g; Sól: 9.78 g;	Wartość energetyczna: 2050.21 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 49.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.22 g; Węglowodany ogółem: 317.66 g; W tym cukry: 41.30 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2090.37 kcal; Białko ogółem: 105.72 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 282.98 g; W tym cukry: 32.13 g; Błonnik pok.: 32.98 g; Sól: 10.75 g;	Wartość energetyczna: 2176.51 kcal; Białko ogółem: 82.11 g; Tłuszcz: 66.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 322.96 g; W tym cukry: 55.63 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2032.88 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 47.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 315.14 g; W tym cukry: 42.71 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 6.85 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-02 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 cebulą i koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR.</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 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>) 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 cebulą i koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR.</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 koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)
	II SN			Mandarynka 1 szt		
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba smażona (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa* 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba smażona (Dorsz) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa* 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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 b/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 b/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>) Dżem 25 g Serek homo. naturalny 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 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	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 Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</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>) Dżem 25 g Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Wafle ryżowe 30 g		
		Wartość energetyczna: 2183.48 kcal; Białko ogółem: 77.22 g; Tłuszcz: 71.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 315.66 g; W tym cukry: 72.23 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2021.40 kcal; Białko ogółem: 77.63 g; Tłuszcz: 52.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 319.39 g; W tym cukry: 76.83 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 1909.44 kcal; Białko ogółem: 82.83 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 283.48 g; W tym cukry: 45.44 g; Błonnik pok.: 29.85 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2341.88 kcal; Białko ogółem: 80.28 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 350.71 g; W tym cukry: 81.85 g; Błonnik pok.: 25.44 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2056.35 kcal; Białko ogółem: 78.44 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 329.23 g; W tym cukry: 78.76 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sól: 4.57 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-03 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>) Poledwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, 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>) Poledwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR.</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>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, 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>) Poledwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, 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>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SEL, GOR.</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>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Salata zielona 5 g		
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 250 ml		Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jablek *b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLUPSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jablek *z/c 250 ml
	PD	Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Sok pomidorowy 200 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLUPSZ, 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 50 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 50 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 50 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1975.60 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 56.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 301.07 g; W tym cukry: 49.93 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 1993.18 kcal; Białko ogółem: 75.91 g; Tłuszcz: 56.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 304.22 g; W tym cukry: 50.31 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2069.52 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 66.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 294.32 g; W tym cukry: 45.23 g; Błonnik pok.: 37.37 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2272.28 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 343.24 g; W tym cukry: 64.76 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 1885.74 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz: 53.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 281.72 g; W tym cukry: 51.96 g; Błonnik pok.: 18.39 g; Sól: 7.00 g;

		PL- MSWiA POZ Podstawowa	PL- MSWiA POZ Łatwo strawna	PL- MSWiA POZ Cukrzycowa	PL- MSWiA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL- MSWiA POZ Neurologiczna
2026-01-04 niedziela	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>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 90 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 pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</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 pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 90 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>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 90 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 pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: 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			Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kapusta zasmażana 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kapusta zasmażana 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* 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 mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 50 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 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>) Twarożek z koperkiem 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>) Pomidor 50 g Ser topiony 50 g (<u>MLE.</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>) Twarożek 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>) Kurczak gotowany z kurej półki- produkt drobiowy, parzony 30 g Sałata zielona 5 g		
		Wartość energetyczna: 2069.22 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 60.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.23 g; Węglowodany ogółem: 295.80 g; W tym cukry: 54.34 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 1907.85 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 45.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; W tym cukry: 47.74 g; Błonnik pok.: 16.44 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2183.82 kcal; Białko ogółem: 117.44 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 300.74 g; W tym cukry: 48.90 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2452.41 kcal; Białko ogółem: 110.93 g; Tłuszcz: 73.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 347.43 g; W tym cukry: 75.47 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 1998.41 kcal; Białko ogółem: 88.40 g; Tłuszcz: 53.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 295.42 g; W tym cukry: 49.31 g; Błonnik pok.: 14.83 g; Sól: 5.75 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,