

	PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwa strawna	PL-MSWA POZ Cukrzycowa	PL-MSWA POZ Wyskokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna
2026-03-02 poniedziałek	<p>II N</p> <p>II N</p>	<p>II N</p> <p>II N</p>	<p>II N</p> <p>II N</p>	<p>II N</p> <p>II N</p>	<p>II N</p> <p>II N</p>
	<p>Obiad</p>	<p>Obiad</p>	<p>Obiad</p>	<p>Obiad</p>	<p>Obiad</p>
<p>PD</p>	<p>PD</p>	<p>PD</p>	<p>PD</p>	<p>PD</p>	<p>PD</p>
<p>Kolacja</p>	<p>Kolacja</p>	<p>Kolacja</p>	<p>Kolacja</p>	<p>Kolacja</p>	<p>Kolacja</p>
<p>PN</p>	<p>PN</p>	<p>PN</p>	<p>PN</p>	<p>PN</p>	<p>PN</p>
	<p>Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szyńka wsiatek-wieprzowa, parzona, w dzona z poł. kaw mi sa 60g (<u>GLUPSZ</u>, <u>SOJ</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z młkiem b/c 250ml (<u>ME</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>, <u>GLUJ</u>, <u>CZ</u>)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szyńka wsiatek-wieprzowa, parzona, w dzona z poł. kaw mi sa 60g (<u>GLUPSZ</u>, <u>SOJ</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z młkiem b/c 250ml (<u>ME</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>, <u>GLUJ</u>, <u>CZ</u>)</p>	<p>Chleb Graham 60g (<u>GLUPSZ</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szyńka wsiatek-wieprzowa, parzona, w dzona z poł. kaw mi sa 60g (<u>GLUPSZ</u>, <u>SOJ</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z młkiem b/c 250ml (<u>ME</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>, <u>GLUJ</u>, <u>CZ</u>)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szyńka wsiatek-wieprzowa, parzona, w dzona z poł. kaw mi sa 60g (<u>GLUPSZ</u>, <u>SOJ</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z młkiem b/c 250ml (<u>ME</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>, <u>GLUJ</u>, <u>CZ</u>)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szyńka wsiatek-wieprzowa, parzona, w dzona z poł. kaw mi sa 60g (<u>GLUPSZ</u>, <u>SOJ</u>) Pomidor b/škórki 50g Kawa zbo owa z młkiem b/c 250ml (<u>ME</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>, <u>GLUJ</u>, <u>CZ</u>)</p>
	Mandarynka 1 szt				
	<p>Brokułowa z ry em* 300ml (<u>ME</u>, <u>SEL</u>) Gulasz warzywny z dederzyc * 150g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surówka z selera i jabłka 150g (<u>ME</u>, <u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250ml</p>	<p>Brokułowa z ry em* 300ml (<u>ME</u>, <u>SEL</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150g (<u>GLUPSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surówka z selera i jabłka 150g (<u>ME</u>, <u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250ml</p>	<p>Brokułowa z ry em* 300ml (<u>ME</u>, <u>SEL</u>) Gulasz warzywny z dederzyc * 150g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surówka z selera i jabłka b/c 150g (<u>ME</u>, <u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml</p>	<p>Brokułowa z ry em* 300ml (<u>ME</u>, <u>SEL</u>) Gulasz warzywny z dederzyc * 150g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surówka z selera i jabłka 150g (<u>ME</u>, <u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250ml</p>	<p>Brokułowa z ry em* 300ml (<u>ME</u>, <u>SEL</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150g (<u>GLUPSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 300g Surówka z selera i jabłka 150g (<u>ME</u>, <u>SEL</u>) Marchew gotowana z olejem 150g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250ml</p>
	Kefir 2% tł 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml		Kefir 2% tł 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250ml		Kefir 2% tł 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml
	<p>Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 80g (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasztet ryбно- warzywny (Mbrszczuk) 60g (<u>GLUPSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>RYB</u>) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno- żytni 30g (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 80g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasztet ryбно- warzywny (Mbrszczuk) 60g (<u>GLUPSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>RYB</u>) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml</p>	<p>Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasztet ryбно- warzywny (Mbrszczuk) 60g (<u>GLUPSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>RYB</u>) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml</p>	<p>Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 80g (<u>GLUPSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>YT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasztet ryбно- warzywny (Mbrszczuk) 60g (<u>GLUPSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>RYB</u>) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasztet ryбно- warzywny (Mbrszczuk) 60g (<u>GLUPSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>RYB</u>) Pomidor b/škórki 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml</p>
	Wafle ry owe 30g				
	<p>Warto energetyczna: 1922,49 kcal; Białko ogółem 69,44 g; Tłuszcz: 50,25 g; Kw. tł. nasy.: 24,39 g; W. gwałodany ogółem 308,87 g; W tym cukry: 60,59 g; Błonnik pok.: 28,52 g; Sól: 8,26 g</p>	<p>Warto energetyczna: 1943,79 kcal; Białko ogółem 72,27 g; Tłuszcz: 52,09 g; Kw. tł. nasy.: 24,68 g; W. gwałodany ogółem 306,98 g; W tym cukry: 60,98 g; Błonnik pok.: 24,92 g; Sól: 7,90 g</p>	<p>Warto energetyczna: 1908,73 kcal; Białko ogółem 76,36 g; Tłuszcz: 52,17 g; Kw. tł. nasy.: 25,29 g; W. gwałodany ogółem 298,89 g; W tym cukry: 42,12 g; Błonnik pok.: 37,07 g; Sól: 7,64 g</p>	<p>Warto energetyczna: 2080,89 kcal; Białko ogółem 72,50 g; Tłuszcz: 51,14 g; Kw. tł. nasy.: 24,56 g; W. gwałodany ogółem 343,92 g; W tym cukry: 70,21 g; Błonnik pok.: 31,41 g; Sól: 8,27 g</p>	<p>Warto energetyczna: 2022,54 kcal; Białko ogółem 75,98 g; Tłuszcz: 55,28 g; Kw. tł. nasy.: 24,88 g; W. gwałodany ogółem 319,16 g; W tym cukry: 70,08 g; Błonnik pok.: 28,76 g; Sól: 7,51 g</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA PLEWISKA

		PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwa strawna	PL-MSWA POZ Cukrzycowa	PL-MSWA POZ Wyskokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna
2026-03-03 wtorek	niadanie	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) niadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony woslonce niejadalnej 60g (<u>MD, ezawiera: GLUPSZ, ME, GOR</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (<u>SOJ, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) niadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony woslonce niejadalnej 60g (<u>MD, ezawiera: GLUPSZ, ME, GOR</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) niadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony woslonce niejadalnej 60g (<u>MD, ezawiera: GLUPSZ, ME, GOR</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) niadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony woslonce niejadalnej 60g (<u>MD, ezawiera: GLUPSZ, ME, GOR</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (<u>SOJ, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) niadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony woslonce niejadalnej 60g (<u>MD, ezawiera: GLUPSZ, ME, GOR</u>) Pomidor b/skorki 50g Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (<u>SOJ, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)
	II N			Jablko 1 szt 1 szt		
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 300ml (<u>GLU, PSZ, ME, SEL, SOJ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100g Sos szpinakowy* 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Makaron 250g (<u>GLUPSZ</u>) Surówka z kapusty pekiskiej z olejem 150g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Solferino* 300ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100g Sos szpinakowy* 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Makaron 250g (<u>GLUPSZ</u>) Surówka z kapusty pekiskiej z olejem 150g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 300ml (<u>GLU, PSZ, ME, SEL, SOJ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100g Sos szpinakowy* 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Makaron pelnoziarnisty 250g (<u>GLUPSZ</u>) Surówka z kapusty pekiskiej z olejem 150g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 300ml (<u>GLU, PSZ, ME, SEL, SOJ</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100g Sos szpinakowy* 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Makaron 250g (<u>GLUPSZ</u>) Surówka z kapusty pekiskiej z olejem 150g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Solferino* 300ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Klopsik wieprzowy 100g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Sos szpinakowy* 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Makaron 250g (<u>GLUPSZ</u>) Dyńia dluzsza z olejem* 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml
	PD	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250ml	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml
	Kolacja	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Galaretka drobiowa z ud cemz kurczaka* 100g (<u>SEL</u>) Ogorek kiszony 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Galaretka drobiowa z ud cemz kurczaka* 100g (<u>SEL</u>) Pomidor b/skorki 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Galaretka drobiowa z ud cemz kurczaka* 100g (<u>SEL</u>) Ogorek kiszony 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Galaretka drobiowa z ud cemz kurczaka* 100g (<u>SEL</u>) Ogorek kiszony 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Galaretka drobiowa z ud cemz kurczaka* 100g (<u>SEL</u>) Pomidor b/skorki 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml
	PN			Chleb Graham 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 10g (<u>ME</u>) Szynka Rze nika-pr.vp.parz.w dz. wyprodukowany z pol czonych kawalkowmi sa z dodan wod woslonce bialkowe 30g (<u>GLUPSZ, SOJ</u>) Salata zielona 5g		
		Warto energetyczna: 2048.43kcal; Bialko ogolem 87.45g; Tluszcz: 62.82g; Kw tl. nasy.: 26.07g; W glowodany ogolem: 291.32g; W tym cukry: 41.42g; Blonnik pok.: 19.46g; Sol: 7.45g	Warto energetyczna: 2087.80kcal; Bialko ogolem 88.73g; Tluszcz: 63.13g; Kw tl. nasy.: 26.08g; W glowodany ogolem: 299.28g; W tym cukry: 45.54g; Blonnik pok.: 18.95g; Sol: 6.39g	Warto energetyczna: 2155.23kcal; Bialko ogolem 104.40g; Tluszcz: 75.32g; Kw tl. nasy.: 33.92g; W glowodany ogolem: 274.42g; W tym cukry: 37.59g; Blonnik pok.: 34.26g; Sol: 8.71g	Warto energetyczna: 2347.17kcal; Bialko ogolem 98.42g; Tluszcz: 73.55g; Kw tl. nasy.: 32.17g; W glowodany ogolem: 333.68g; W tym cukry: 56.41g; Blonnik pok.: 25.40g; Sol: 9.00g	Warto energetyczna: 2265.22kcal; Bialko ogolem 86.33g; Tluszcz: 71.59g; Kw tl. nasy.: 27.23g; W glowodany ogolem: 323.92g; W tym cukry: 52.18g; Blonnik pok.: 17.82g; Sol: 5.69g

	PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwa strawna	PL-MSWA POZ Cukrzycowa	PL-MSWA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna
2026-03-04 roczn niedziele	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pol. dwica Sopotka wieprzowa, w dzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60g (<u>SOI, ME, md ezaniera : GLUPSZ, JAI, SEL, GOR</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z mlikiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)		Chleb Graham 60g (<u>GLUPSZ</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pol. dwica Sopotka wieprzowa, w dzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60g (<u>SOI, ME, md ezaniera : GLUPSZ, JAI, SEL, GOR</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z mlikiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pol. dwica Sopotka wieprzowa, w dzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60g (<u>SOI, ME, md ezaniera : GLUPSZ, JAI, SEL, GOR</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z mlikiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pol. dwica Sopotka wieprzowa, w dzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 60g (<u>SOI, ME, md ezaniera : GLUPSZ, JAI, SEL, GOR</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z mlikiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)
	II		Budy osmaku mielankowym b/c 150ml (<u>ME</u>)	Budy osmaku mielankowym z/c 150ml (<u>ME</u>)	
2026-03-04 roczn poniedzialek	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Kotlet mielony drobiowy 100g (<u>GLUPSZ, JAI</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g wikla z chrzanem () 150g (<u>ME, SO2</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Gryskowa * 300ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Zrazik drobiowy z ud ca gotowany mielony 100g (<u>GLUPSZ, JAI</u>) Sos jarzynowy * 100ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Buraczki qpraszane () 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Zrazik drobiowy z ud ca gotowany mielony 100g (<u>GLUPSZ, JAI</u>) Sos jarzynowy * 100ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g wikla z chrzanem b/c () 150g (<u>ME, SO2</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Kotlet mielony drobiowy 100g (<u>GLUPSZ, JAI</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g wikla z chrzanem () 150g (<u>ME, SO2</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Gryskowa * 300ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Zrazik drobiowy z ud ca gotowany mielony 100g (<u>GLUPSZ, JAI</u>) Sos jarzynowy * 100ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 300g Buraczki qpraszane () 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml
	PD	Mandarynka 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	Mandarynka 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250ml	Mandarynka 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	
2026-03-04 roczn wtorek	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 80g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Ser dty 60g (<u>ME</u>) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Serek homo z natk pietruszki 60g (<u>ME</u>) Pomidor b/skórki 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Ser dty 60g (<u>ME</u>) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 80g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Ser dty 60g (<u>ME</u>) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Serek homo z natk pietruszki 60g (<u>ME</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50g (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml
	PN		Chleb Graham 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>ME</u>) niadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony woslonca niejadalnej 30g (<u>md ezaniera : GLUPSZ, ME, GOR</u>) Salata zielona 5g		
	Warto energetyczna: 2412.71 kcal; Bialko ogolem 92.40g; Tluszcz: 83.05g; Kw tl. nasy.: 35.46g; W glowodany ogolem 336.19g; W tym cukry: 66.50g; Bionnik pok.: 27.38g; Sol: 8.49g	Warto energetyczna: 1899.85 kcal; Bialko ogolem 76.04g; Tluszcz: 43.23g; Kw tl. nasy.: 21.92g; W glowodany ogolem 310.57g; W tym cukry: 62.91g; Bionnik pok.: 21.34g; Sol: 6.89g	Warto energetyczna: 2375.35 kcal; Bialko ogolem 106.53g; Tluszcz: 80.36g; Kw tl. nasy.: 43.02g; W glowodany ogolem 325.22g; W tym cukry: 52.87g; Bionnik pok.: 35.38g; Sol: 9.08g	Warto energetyczna: 2808.05 kcal; Bialko ogolem 105.13g; Tluszcz: 99.56g; Kw tl. nasy.: 44.33g; W glowodany ogolem 386.63g; W tym cukry: 85.53g; Bionnik pok.: 30.35g; Sol: 9.98g	Warto energetyczna: 1934.61 kcal; Bialko ogolem 79.38g; Tluszcz: 45.27g; Kw tl. nasy.: 21.98g; W glowodany ogolem 312.30g; W tym cukry: 65.62g; Bionnik pok.: 20.60g; Sol: 6.01g

		PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwastrawna	PL-MSWA POZ Cukrzykowa	PL-MSWA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna	
2026-03-05 czwartek	nielane	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta z twarogu i cebuli 60g (<u>ME</u>) Ogórek kiszony 50g Kawa zbo owa z mlekiem/b:c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60g (<u>ME</u>) Pomidor b/škorki 50g Kawa zbo owa z mlekiem/b:c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta z twarogu i cebuli 60g (<u>ME</u>) Ogórek kiszony 50g Kawa zbo owa z mlekiem/b:c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta z twarogu i cebuli 60g (<u>ME</u>) Ogórek kiszony 50g Kawa zbo owa z mlekiem/b:c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60g (<u>ME</u>) Pomidor b/škorki 50g Kawa zbo owa z mlekiem/b:c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	
	II	Jablko 1 szt 1 szt					
	obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300ml (<u>GLU, PSZ, ME, SEL, GLU, YT</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Gol bek siekany z mi sa vp 150g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Surovka z marchwi i selera 150g (<u>ME, SEL</u>) Kompot owocowy z jablkami* z:c 250ml	Ziemniaczana * 300ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Risotto z mi semwieprz i warzywami* 300g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Surovka z marchwi i selera 150g (<u>ME, SEL</u>) Kompot owocowy z jablkami* z:c 250ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300ml (<u>GLU, PSZ, ME, SEL, GLU, YT</u>) Risotto z mi semwieprz i warzywami* 300g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Surovka z marchwi i selera b:c 150g (<u>ME, SEL</u>) Kompot owocowy z jablkami* b:c 250ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300ml (<u>GLU, PSZ, ME, SEL, GLU, YT</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Gol bek siekany z mi sa vp 150g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Surovka z marchwi i selera 150g (<u>ME, SEL</u>) Kompot owocowy z jablkami* z:c 250ml	Ziemniaczana * 300ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Risotto z mi semwieprz i warzywami* 300g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100ml (<u>GLU, PSZ</u>) Brokul gotowany* 150g Kompot owocowy z jablkami* z:c 250ml	
	PD	Ma lanka truskawkowa 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z:c 250ml		Ma lanka 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b:c 250ml		Ma lanka truskawkowa 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z:c 250ml	
	Kdaga	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z pol czonych kawalkó ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa* 100g (<u>JAJ, ME, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa z:c 250ml	Chleb mieszaný pszenno- ytni 30g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 80g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z pol czonych kawalkó ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100g (<u>ME, SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z:c 250ml	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z pol czonych kawalkó ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100g (<u>ME, SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b:c 250ml	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z pol czonych kawalkó ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa* 100g (<u>JAJ, ME, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa z:c 250ml	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z pol czonych kawalkó ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100g (<u>ME, SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z:c 250ml	
PN	Chleb Graham 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 10g (<u>ME</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy , rednio rozdrobniona, w czona, parzona 30g Salata zielona 5g						
	Warto energetyczna: 2171.24kcal; Bialko ogolem 78.03g; Tluszcz: 62.93g; Kw tl. nasy.: 28.70g; W glowodany ogolem 335.91g; W tym cukry: 57.34g; Blonnik pok.: 27.16g; Sol: 8.47g	Warto energetyczna: 1985.02kcal; Bialko ogolem 74.79g; Tluszcz: 55.47g; Kw tl. nasy.: 26.95g; W glowodany ogolem 307.62g; W tym cukry: 60.19g; Blonnik pok.: 22.79g; Sol: 6.01g	Warto energetyczna: 2010.85kcal; Bialko ogolem 88.72g; Tluszcz: 64.19g; Kw tl. nasy.: 32.26g; W glowodany ogolem 286.49g; W tym cukry: 50.58g; Blonnik pok.: 36.27g; Sol: 8.11g	Warto energetyczna: 2467.92kcal; Bialko ogolem 90.20g; Tluszcz: 72.98g; Kw tl. nasy.: 34.55g; W glowodany ogolem 378.07g; W tym cukry: 72.17g; Blonnik pok.: 33.10g; Sol: 9.65g	Warto energetyczna: 1974.59kcal; Bialko ogolem 79.58g; Tluszcz: 54.48g; Kw tl. nasy.: 26.04g; W glowodany ogolem 301.02g; W tym cukry: 54.99g; Blonnik pok.: 19.73g; Sol: 5.49g		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA PLEWISKA

		PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwostrawna	PL-MSWA POZ Cukrzycowa	PL-MSWA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna	
2026-03-06 piątek	niadanie	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YI</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YI</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z jaj z natk. pietruszki -dieta 60g (<u>JAU</u> <u>ME</u>) Pomidor 50g Kakao z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u>)	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YI</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YI</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z jaj z natk. pietruszki -dieta 60g (<u>JAU</u> <u>ME</u>) Pomidor b/škórki 50g Kakao z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u>)	Chleb Graham 60g (<u>GLUPSZ</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z jaj z natk. pietruszki -dieta 60g (<u>JAU</u> <u>ME</u>) Pomidor 50g Kakao z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u>)	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YI</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YI</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z jaj z natk. pietruszki -dieta 60g (<u>JAU</u> <u>ME</u>) Pomidor 50g Kakao z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u>)	Bulka pszenna długa krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z jaj z natk. pietruszki -dieta 60g (<u>JAU</u> <u>ME</u>) Pomidor b/škórki 50g Kakao z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u>)	
	II	Sok pomidorowy 200ml					
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME SEL</u>) Kotlet z ryby (Dorsz) 120g (<u>GLUPSZ</u> <u>JAU</u> <u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250ml	Dyniowa z makaronem* 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME SEL</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 100ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Szpinak gotowany z olejem* 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250ml	Dyniowa z makaronem* 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME SEL</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 100ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Dyniowa z makaronem* 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME SEL</u>) Kotlet z ryby (Dorsz) 120g (<u>GLUPSZ</u> <u>JAU</u> <u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250ml	Dyniowa z makaronem* 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME SEL</u>) Pulpety ryby (Dorsz) 120g (<u>GLUPSZ</u> <u>JAU</u> <u>RYB</u>) Sos cytrynowy 100ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u>) Ziemniaki gotowane 300g Szpinak gotowany z olejem* 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250ml	
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250ml		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YI</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) D em 25g Twaróg półtłusty 60g (<u>ME</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	D em 25g Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YI</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Twaróg półtłusty 60g (<u>ME</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Twaróg półtłusty 60g (<u>ME</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YI</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) D em 25g Twaróg półtłusty 60g (<u>ME</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Bulka pszenna długa krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) D em 25g Twaróg półtłusty 60g (<u>ME</u>) Jabłko pieczone 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	
PN	Wafle ry owe 30g						
	Warto energetyczna: 2267,70kcal; Białko ogółem 81,27g; Tłuszcz: 61,21g; Kw. tł. nasy.: 25,37g; W. glądowany ogółem: 357,93g; W tym cukry: 105,49g; Błonnik pok.: 27,51g; Sól: 5,98g	Warto energetyczna: 2213,98kcal; Białko ogółem 88,79g; Tłuszcz: 58,91g; Kw. tł. nasy.: 24,93g; W. glądowany ogółem: 341,41g; W tym cukry: 97,30g; Błonnik pok.: 24,45g; Sól: 5,90g	Warto energetyczna: 2102,45kcal; Białko ogółem 94,97g; Tłuszcz: 59,32g; Kw. tł. nasy.: 25,17g; W. glądowany ogółem: 312,57g; W tym cukry: 64,03g; Błonnik pok.: 35,70g; Sól: 6,33g	Warto energetyczna: 2417,10kcal; Białko ogółem 85,33g; Tłuszcz: 62,30g; Kw. tł. nasy.: 25,62g; W. glądowany ogółem: 389,38g; W tym cukry: 111,11g; Błonnik pok.: 30,70g; Sól: 6,96g	Warto energetyczna: 2255,02kcal; Białko ogółem 89,16g; Tłuszcz: 58,26g; Kw. tł. nasy.: 25,12g; W. glądowany ogółem: 353,29g; W tym cukry: 99,20g; Błonnik pok.: 22,47g; Sól: 4,93g		

		PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwa strawna	PL-MSWA POZ Cukrzycowa	PL-MSWA POZ Wyskokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna
2026-03-07 sobota	niadanie	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Parówki drobiowe (ciel drobn rozdr w dz, parz w oslonce niejadalnej) 75g (<u>SOJ</u>) Ketchup 20g (<u>SEL</u>) Rzodkiewbiala 50g Kawa zbo owa z mlekiemz/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU YT, GLUJ CZ</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Parówki drobiowe (ciel drobn rozdr w dz, parz w oslonce niejadalnej) 75g (<u>SOJ</u>) Ketchup 20g (<u>SEL</u>) Rzodkiewbiala 50g Kawa zbo owa z mlekiemz/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU YT, GLUJ CZ</u>)	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) niadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony woslonce niejadalnej 60g (<u>ME ezaniera</u> : <u>GLUPSZ, ME, GOR</u>) Rzodkiewbiala 50g Kawa zbo owa z mlekiemz/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU YT, GLUJ CZ</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Parówki drobiowe (ciel drobn rozdr w dz, parz w oslonce niejadalnej) 75g (<u>SOJ</u>) Ketchup 20g (<u>SEL</u>) Rzodkiewbiala 50g Kawa zbo owa z mlekiemz/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU YT, GLUJ CZ</u>)	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) niadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony woslonce niejadalnej 60g (<u>ME ezaniera</u> : <u>GLUPSZ, ME, GOR</u>) Pomidor b/skórki 50g Kawa zbo owa z mlekiemz/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU YT, GLUJ CZ</u>)
	II			Chleb Graham 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 10g (<u>ME</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 5g		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kasza j czmienna/sypko 250g (<u>GLUJ CZ</u>) Ogórek kiszony z cebulk z olejem 150g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Selerowa z ziemniakami * 300ml (<u>ME, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kasza j czmienna/sypko 250g (<u>GLUJ CZ</u>) Salatka z buraczkowi jablka z olejem () 150g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Grochowa z ziemniakami * 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kasza j czmienna/sypko 250g (<u>GLUJ CZ</u>) Ogórek kiszony z cebulk z olejem 150g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Grochowa z ziemniakami * 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Gulasz wieprzowy 150g (<u>GLUPSZ</u>) Kasza j czmienna/sypko 250g (<u>GLUJ CZ</u>) Ogórek kiszony z cebulk z olejem 150g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Selerowa z ziemniakami * 300ml (<u>ME, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150g (<u>GLUPSZ</u>) Ziemniaki gotowane 300g Salatka z buraczkowi jablka z olejem () 150g Marchew gotowana z olejem 100g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml
	PD	Jogurt brzoskwiniový 100g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250ml	Jogurt brzoskwiniový 100g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	Jogurt brzoskwiniový 100g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwicza Sopocka wieprzowa, w dzona parzona z dodatkiem wody i bialka sojowego 60g (<u>SOJ</u> <u>ME, ME ezaniera</u> : <u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u> <u>GOR</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowymi olejem* 50g (<u>SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwicza Sopocka wieprzowa, w dzona parzona z dodatkiem wody i bialka sojowego 60g (<u>SOJ</u> <u>ME, ME ezaniera</u> : <u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u> <u>GOR</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowymi olejem* 50g (<u>SEL</u>)	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Pol dwicza Sopocka wieprzowa, w dzona parzona z dodatkiem wody i bialka sojowego 60g (<u>SOJ</u> <u>ME, ME ezaniera</u> : <u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u> <u>GOR</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowymi olejem* 50g (<u>SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwicza Sopocka wieprzowa, w dzona parzona z dodatkiem wody i bialka sojowego 60g (<u>SOJ</u> <u>ME, ME ezaniera</u> : <u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u> <u>GOR</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowymi olejem* 50g (<u>SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwicza Sopocka wieprzowa, w dzona parzona z dodatkiem wody i bialka sojowego 60g (<u>SOJ</u> <u>ME, ME ezaniera</u> : <u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u> <u>GOR</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowymi olejem* 50g (<u>SEL</u>)
PN			Jabko 1 szt 1 szt			
	Warto energetyczna: 2335.95 kcal; Bialko ogdem 88.74g; Tluszcz: 82.35g; Kw tl. nasy.: 31.73g; W glowodany ogdem 318.96g; W tym cukry: 68.97g; Blonnik pok.: 26.78g; Sol: 10.72g	Warto energetyczna: 2221.62 kcal; Bialko ogdem 81.36g; Tluszcz: 74.82g; Kw tl. nasy.: 30.27g; W glowodany ogdem 316.11g; W tym cukry: 74.85g; Blonnik pok.: 23.12g; Sol: 7.61g	Warto energetyczna: 2356.34 kcal; Bialko ogdem 102.51g; Tluszcz: 92.04g; Kw tl. nasy.: 37.08g; W glowodany ogdem 297.24g; W tym cukry: 37.42g; Blonnik pok.: 37.15g; Sol: 10.27g	Warto energetyczna: 2670.83 kcal; Bialko ogdem 100.15g; Tluszcz: 96.87g; Kw tl. nasy.: 38.92g; W glowodany ogdem 361.42g; W tym cukry: 83.80g; Blonnik pok.: 32.73g; Sol: 11.51g	Warto energetyczna: 2265.83 kcal; Bialko ogdem 85.20g; Tluszcz: 74.60g; Kw tl. nasy.: 30.00g; W glowodany ogdem 325.37g; W tym cukry: 81.83g; Blonnik pok.: 24.51g; Sol: 7.28g	

		PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwa strawna	PL-MSWA POZ Cukrzycowa	PL-MSWA POZ Wyskokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna
2026-03-08:niedziela	niadanie	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ, ME</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szynka wsiatbe-wieprzowa, parzona, w dzona z pol. kaw mi sa 60g (<u>GLUPSZ, SOI</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ, ME</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szynka wsiatbe-wieprzowa, parzona, w dzona z pol. kaw mi sa 60g (<u>GLUPSZ, SOI</u>) Pomidor b/skorki 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szynka wsiatbe-wieprzowa, parzona, w dzona z pol. kaw mi sa 60g (<u>GLUPSZ, SOI</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ, ME</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szynka wsiatbe-wieprzowa, parzona, w dzona z pol. kaw mi sa 60g (<u>GLUPSZ, SOI</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ, ME</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szynka wsiatbe-wieprzowa, parzona, w dzona z pol. kaw mi sa 60g (<u>GLUPSZ, SOI</u>) Pomidor b/skorki 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)
	II	Sok pomidorowy 200ml				
	Obiad	Rosól z makaronem* 300ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Udko pieczone 1 szt 210g Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surówka Coleslaw 150g (<u>JAJ, ME, GOR</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Rosól z makaronem* 300ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Udko gotowane 1 szt 210g Sos koperkowy* 100ml (<u>GLUPSZ, ME</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Brokul gotowany* 150g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Rosól z makaronem* 300ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Udko pieczone 1 szt 210g Surówka z kapusty bialej z koperkiem i olejem 150g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Rosól z makaronem* 300ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Udko pieczone 1 szt 210g Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surówka Coleslaw 150g (<u>JAJ, ME, GOR</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Rosól z makaronem* 300ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Udko gotowane 1 szt 210g Sos koperkowy* 100ml (<u>GLUPSZ, ME</u>) Ziemniaki gotowane 300g Brokul gotowany* 150g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml
	PD	Pomara cza 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml		Pomara cza 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250ml	Pomara cza 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z twarogu i slonecznika z natk pietruszki 60g (<u>ME</u>) Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ, ME</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natk pietruszki 60g (<u>ME</u>) Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z twarogu i slonecznika z natk pietruszki 60g (<u>ME</u>) Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z twarogu i slonecznika z natk pietruszki 60g (<u>ME</u>) Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ, ME</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natk pietruszki 60g (<u>ME</u>) Pomidor b/skorki 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml
PN	Wafle ry owe 30g					
		Warto energetyczna: 2371.16kcal; Bialko ogolem 117.33g; Tluszcz: 82.03g; Kw tl. nasy.: 32.44g; W glowodany ogolem: 302.72g; W tym cukry: 75.99g; Blonnik pok.: 24.89g; Sol: 7.65g	Warto energetyczna: 2312.24kcal; Bialko ogolem 120.49g; Tluszcz: 74.64g; Kw tl. nasy.: 31.86g; W glowodany ogolem: 301.85g; W tym cukry: 68.59g; Blonnik pok.: 23.58g; Sol: 7.65g	Warto energetyczna: 2363.44kcal; Bialko ogolem 125.33g; Tluszcz: 85.74g; Kw tl. nasy.: 32.76g; W glowodany ogolem: 288.31g; W tym cukry: 52.74g; Blonnik pok.: 33.55g; Sol: 8.05g	Warto energetyczna: 2520.56kcal; Bialko ogolem 121.39g; Tluszcz: 83.12g; Kw tl. nasy.: 32.69g; W glowodany ogolem: 334.17g; W tym cukry: 81.61g; Blonnik pok.: 28.08g; Sol: 8.63g	Warto energetyczna: 2341.34kcal; Bialko ogolem 123.89g; Tluszcz: 74.94g; Kw tl. nasy.: 31.84g; W glowodany ogolem: 304.80g; W tym cukry: 71.20g; Blonnik pok.: 21.98g; Sol: 6.88g

		PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwa strawna	PL-MSWA POZ Cukrzycowa	PL-MSWA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna
2026-03-09 poniedziałek	nielane	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wleprzowych pol czonych kawalko ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SD</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLU</u> <u>CZ</u>)	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wleprzowych pol czonych kawalko ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SD</u>) Pomidor b/škorki 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLU</u> <u>CZ</u>)	Chleb Graham 60g (<u>GLUPSZ</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wleprzowych pol czonych kawalko ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SD</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLU</u> <u>CZ</u>)	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wleprzowych pol czonych kawalko ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SD</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLU</u> <u>CZ</u>)	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wleprzowych pol czonych kawalko ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SD</u>) Pomidor b/škorki 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLU</u> <u>CZ</u>)
	II	Jabłko 1 szt 1 szt				
2026-03-09 poniedziałek	Obiad	Barszcz ukrai ski z ziemniakami* 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Pierogi leniwe z cukremi cynamonem () 300g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAI</u> , <u>ME</u>) Mus z jabłek () z/c 100g Surovka z selera i jablka 150g (<u>ME</u> , <u>SEL</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Pierogi leniwe z cukremi cynamonem () 300g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAI</u> , <u>ME</u>) Mus z jabłek () z/c 100g Surovka z selera i jablka 150g (<u>ME</u> , <u>SEL</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Barszcz ukrai ski z ziemniakami* 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Ry na sypko 250g Pulpet wieprzowy 100g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAI</u>) Sos pomidorowy 100ml (<u>GLUPSZ</u>) Surovka z selera i jablka b/c 150g (<u>ME</u> , <u>SEL</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Barszcz ukrai ski z ziemniakami* 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Pierogi leniwe z cukremi cynamonem () 300g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAI</u> , <u>ME</u>) Mus z jabłek () z/c 100g Surovka z selera i jablka 150g (<u>ME</u> , <u>SEL</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Pierogi leniwe z cukremi cynamonem () 300g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAI</u> , <u>ME</u>) Mus z jabłek () z/c 100g Marchew gotowana z olejem 150g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml
	PD	Budy o smaku mielankowym z/c 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml		Budy o smaku mielankowym b/c 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250ml	Budy o smaku mielankowym z/c 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	
2026-03-09 poniedziałek	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta mi sno-warzwina, z mi sa drobiowego z ud ca* 60g (<u>SEL</u>) Salata zielona 20g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Chleb mieszany pszenno- ytni 30g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 80g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta mi sno-warzwina, z mi sa drobiowego z ud ca* 60g (<u>SEL</u>) Salata zielona 20g	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta mi sno-warzwina, z mi sa drobiowego z ud ca* 60g (<u>SEL</u>) Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta mi sno-warzwina, z mi sa drobiowego z ud ca* 60g (<u>SEL</u>) Salata zielona 20g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta mi sno-warzwina, z mi sa drobiowego z ud ca* 60g (<u>SEL</u>) Salata zielona 20g
	PN	Wafle ry owe 30g				
		Warto energetyczna: 2153.94 kcal; Bialko ogolem 72.62g; Tluszcz: 55.27g; Kw tl. nasy.: 27.05g; W glowodany ogolem 352.88g; W tym cukry: 93.36g; Bionnik pok.: 26.81g; Sol: 6.51g	Warto energetyczna: 2181.18 kcal; Bialko ogolem 72.85g; Tluszcz: 55.22g; Kw tl. nasy.: 27.01g; W glowodany ogolem 358.32g; W tym cukry: 93.34g; Bionnik pok.: 23.86g; Sol: 6.10g	Warto energetyczna: 2202.56 kcal; Bialko ogolem 88.16g; Tluszcz: 66.31g; Kw tl. nasy.: 28.79g; W glowodany ogolem 330.77g; W tym cukry: 53.50g; Bionnik pok.: 33.31g; Sol: 6.37g	Warto energetyczna: 2342.34 kcal; Bialko ogolem 75.68g; Tluszcz: 56.56g; Kw tl. nasy.: 27.26g; W glowodany ogolem 394.88g; W tym cukry: 108.33g; Bionnik pok.: 30.80g; Sol: 6.53g	Warto energetyczna: 2181.22 kcal; Bialko ogolem 74.13g; Tluszcz: 56.39g; Kw tl. nasy.: 26.08g; W glowodany ogolem 354.95g; W tym cukry: 96.11g; Bionnik pok.: 22.02g; Sol: 5.40g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA PLEWISKA

		PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwastrawna	PL-MSWA POZ Cukrzykowa	PL-MSWA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna
2026-03-10 wtorek	niadanie	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YT</u>) Bułka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z tofu, brokula i szpinaku 60g (<u>SO</u>) Ogórek kiszony 50g Kakao z mlekiem b.c 250ml (<u>ME</u>)	Kakao z mlekiem b.c 250ml (<u>ME</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YT</u>) Bułka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z tofu, brokula i szpinaku 60g (<u>SO</u>) Pomidor b.škórki 50g	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z tofu, brokula i szpinaku 60g (<u>SO</u>) Ogórek kiszony 50g Kakao z mlekiem b.c 250ml (<u>ME</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YT</u>) Bułka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z tofu, brokula i szpinaku 60g (<u>SO</u>) Ogórek kiszony 50g Kakao z mlekiem b.c 250ml (<u>ME</u>)	Kakao z mlekiem b.c 250ml (<u>ME</u>) Bułka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasta z tofu, brokula i szpinaku 60g (<u>SO</u>) Pomidor b.škórki 50g
	II	Mandarynka 1 szt				
	Obiad	Jarzynowa z zacierk *-podstawa 300ml (<u>GLU</u> <u>PSZ, ME, SEL</u>) Kotlet drobiowy panierowany 100g (<u>GLUPSZ</u> <u>JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surówka wykwinna z olejem- podstawa 150g (<u>JAJ, GOR</u>) Kompot owocowy z jablkami* z.c 250ml	Jarzynowa z zacierk *-dieta 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME, SEL</u>) Filetz kurczaka pieczony 100g (<u>GLUPSZ</u>) Sos pietruszkowy* 100ml (<u>GLUPSZ, ME</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Marchewoproszana z olejem* 150g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* z.c 250ml	Jarzynowa z zacierk *-podstawa 300ml (<u>GLU</u> <u>PSZ, ME, SEL</u>) Filetz kurczaka pieczony 100g (<u>GLUPSZ</u>) Sos pietruszkowy* 100ml (<u>GLUPSZ, ME</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surówka wykwinna z olejem b.c 150g Kompot owocowy z jablkami* b.c 250ml	Jarzynowa z zacierk *-podstawa 300ml (<u>GLU</u> <u>PSZ, ME, SEL</u>) Kotlet drobiowy panierowany 100g (<u>GLUPSZ</u> <u>JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surówka wykwinna z olejem- podstawa 150g (<u>JAJ, GOR</u>) Kompot owocowy z jablkami* z.c 250ml	Jarzynowa z zacierk *-dieta 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME, SEL</u>) Filetz kurczaka pieczony 100g (<u>GLUPSZ</u>) Sos pietruszkowy* 100ml (<u>GLUPSZ, ME</u>) Ziemniaki gotowane 300g Marchewoproszana z olejem* 150g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* z.c 250ml
	PD	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z.c 250ml		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b.c 250ml	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z.c 250ml	
	Kadaga	Herbata czarna ekspresowa z.c 250ml Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YT</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Rzodkiew biala 50g	Herbata czarna ekspresowa z.c 250ml Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YT</u>) Bułka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor b.škórki 50g	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Rzodkiew biala 50g Herbata czarna ekspresowa b.c 250ml	Herbata czarna ekspresowa z.c 250ml Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU YT</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Rzodkiew biala 50g	Herbata czarna ekspresowa z.c 250ml Bułka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15g (<u>ME</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor b.škórki 50g
PN	Chleb Graham 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 10g (<u>ME</u>) Szynkowa z indyka- produkt blokowy, drobiowy, rednio rozdrobniona, w dzona, parzona 30g Pomidor 30g					
	Warto energetyczna: 2182.47 kcal; Bialko ogdem 75.37g; Tluszcz: 79.61g; Kw il. nasy.: 25.73g; W glowodany ogdem 300.20g; W tym cukry: 56.69g; Bionnik pok.: 23.76g; Sol: 6.62g	Warto energetyczna: 2021.31 kcal; Bialko ogdem 83.17g; Tluszcz: 59.35g; Kw il. nasy.: 24.16g; W glowodany ogdem 297.31g; W tym cukry: 57.79g; Bionnik pok.: 20.31g; Sol: 5.60g	Warto energetyczna: 2166.73 kcal; Bialko ogdem 101.30g; Tluszcz: 80.52g; Kw il. nasy.: 31.04g; W glowodany ogdem 274.73g; W tym cukry: 38.89g; Bionnik pok.: 32.93g; Sol: 7.28g	Warto energetyczna: 2454.26 kcal; Bialko ogdem 87.72g; Tluszcz: 89.31g; Kw il. nasy.: 31.55g; W glowodany ogdem 336.55g; W tym cukry: 67.01g; Bionnik pok.: 28.90g; Sol: 7.79g	Warto energetyczna: 2044.81 kcal; Bialko ogdem 86.48g; Tluszcz: 59.59g; Kw il. nasy.: 24.12g; W glowodany ogdem 298.90g; W tym cukry: 59.22g; Bionnik pok.: 18.46g; Sol: 4.82g	

	PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwastrawna	PL-MSWA POZ Cukrzycowa	PL-MSWA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna	
2026-03-11 rozb niadanie II N Obiad PD Kdajca PN	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Paprykarz szczeci ski 60g (<u>RIB</u> <u>SOJ</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z mikiemb/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> <u>CZ</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Paprykarz rybono(dorsz)-warzywny* 60g (<u>RIB</u> <u>SEL</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z mikiemb/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> <u>CZ</u>)	Chleb Graham 60g (<u>GLUPSZ</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Paprykarz szczeci ski 60g (<u>RIB</u> <u>SOJ</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z mikiemb/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> <u>CZ</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Paprykarz szczeci ski 60g (<u>RIB</u> <u>SOJ</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z mikiemb/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> <u>CZ</u>)	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Paprykarz rybono(dorsz)-warzywny* 60g (<u>RIB</u> <u>SEL</u>) Pomidor b/škorki 50g Kawa zbo owa z mikiemb/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> <u>CZ</u>)	
				Chleb Graham 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 10g (<u>ME</u>) Twaro ek 30g (<u>ME</u>) Salata zielona 10g		
		Kapu niak z kapusty kiszzonej* 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> <u>GOR</u>) Piecze rzymska wieprzowa 100g (<u>GLUPSZ</u> <u>JAJ</u>) Sos jarzynowy* 100ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza j czmienna/sypko 250g (<u>GLUJ</u> <u>CZ</u>) Surówka z marchwi i chrzanu 150g (<u>ME</u> <u>SOJ</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Ziemniaczana* 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> <u>SEL</u>) Piecze rzymska wieprzowa 100g (<u>GLUPSZ</u> <u>JAJ</u>) Sos jarzynowy* 100ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza j czmienna/sypko 250g (<u>GLUJ</u> <u>CZ</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 150g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Ziemniaczana* 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> <u>SEL</u>) Piecze rzymska wieprzowa 100g (<u>GLUPSZ</u> <u>JAJ</u>) Sos jarzynowy* 100ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza j czmienna/sypko 250g (<u>GLUJ</u> <u>CZ</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 150g (<u>ME</u> <u>SOJ</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Kapu niak z kapusty kiszzonej* 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u> <u>GOR</u>) Piecze rzymska wieprzowa 100g (<u>GLUPSZ</u> <u>JAJ</u>) Sos jarzynowy* 100ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Kasza j czmienna/sypko 250g (<u>GLUJ</u> <u>CZ</u>) Surówka z marchwi i chrzanu 150g (<u>ME</u> <u>SOJ</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Ziemniaczana* 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> <u>SEL</u>) Piecze rzymska wieprzowa 100g (<u>GLUPSZ</u> <u>JAJ</u>) Sos jarzynowy* 100ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 300g Cukinia gotowana z pomidorami* 150g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml
		Jabtko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	Jabtko pieczone 1szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	Jabtko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250ml	Jabtko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	Jabtko pieczone 1szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml
		Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Ser topiony 50g (<u>ME</u>) Pomidor 50g	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 60g (<u>ME</u>) Pomidor b/škorki 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 60g (<u>ME</u>) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Ser topiony 50g (<u>ME</u>) Pomidor 50g	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 60g (<u>ME</u>) Pomidor b/škorki 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml
				Chleb Graham 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 10g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z pol czonych kawalkó ,parzony , woslonce niejadalnej 30g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 5g		
	Warto energetyczna: 2244.56 kcal; Bialko ogolem 74.74g; Tluszcz: 76.02g; Kw tl. nasy.: 34.39g; W glowodany ogolem 326.77g; W tym cukry: 65.91g; Bionnik pok.: 27.63g; Sol: 8.09g	Warto energetyczna: 2129.21 kcal; Bialko ogolem 75.85g; Tluszcz: 56.66g; Kw tl. nasy.: 23.99g; W glowodany ogolem 338.56g; W tym cukry: 65.33g; Bionnik pok.: 23.85g; Sol: 5.86g	Warto energetyczna: 2372.01 kcal; Bialko ogolem 96.94g; Tluszcz: 77.63g; Kw tl. nasy.: 37.13g; W glowodany ogolem 339.78g; W tym cukry: 38.65g; Bionnik pok.: 38.88g; Sol: 7.79g	Warto energetyczna: 2686.43 kcal; Bialko ogolem 92.06g; Tluszcz: 95.98g; Kw tl. nasy.: 46.63g; W glowodany ogolem 377.92g; W tym cukry: 67.56g; Bionnik pok.: 33.62g; Sol: 10.01g	Warto energetyczna: 2106.23 kcal; Bialko ogolem 78.53g; Tluszcz: 53.24g; Kw tl. nasy.: 23.49g; W glowodany ogolem 338.53g; W tym cukry: 69.11g; Bionnik pok.: 21.73g; Sol: 5.03g	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA PLEWISKA

	PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwa strawna	PL-MSWA POZ Cukrzycowa	PL-MSWA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna	
2026-03-12 czwartek	niadanie	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasztecik fasoli* 60g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z makiem z/c: 250ml (<u>SOJ, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szynka Piastowska-wp., w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z makiem z/c: 250ml (<u>SOJ, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasztecik fasoli* 60g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z napojemsojowym b/c 250ml (<u>SOJ, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Pasztecik fasoli* 60g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z makiem z/c: 250ml (<u>SOJ, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)	Bulka pszenna długa krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szynka Piastowska-wp., w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20g Kawa zbo owa z makiem z/c: 250ml (<u>SOJ, GLU, YT, GLUJ, CZ</u>)
	II	Mandarynka 1 szt				
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 300ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Sos bolo ski z mi sa wp () 150g (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Makaron 150g (<u>GLUPSZ</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 150g Kompot owocowy z jabłkami* z/c: 250ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Makaron 150g (<u>GLUPSZ</u>) Sos bolo ski z mi sa wp ()-dieta 150g (<u>GLU, PSZ, SEL</u>) Bukiet warzywgotowanych królewski* 150g Kompot owocowy z jabłkami* z/c: 250ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 150g (<u>GLUPSZ</u>) Sos bolo ski z mi sa wp () 150g (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c: 250ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Sos bolo ski z mi sa wp () 150g (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Makaron 150g (<u>GLUPSZ</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 150g Kompot owocowy z jabłkami* z/c: 250ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300ml (<u>GLUPSZ, ME, SEL</u>) Makaron 150g (<u>GLUPSZ</u>) Sos bolo ski z mi sa wp ()-dieta 150g (<u>GLU, PSZ, SEL</u>) Bukiet warzywgotowanych królewski* 150g Kompot owocowy z jabłkami* z/c: 250ml
	PD	Kefir 2% t 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c: 250ml	Kefir 2% t 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c: 250ml	Kefir 2% t 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c: 250ml	Kefir 2% t 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c: 250ml	Kefir 2% t 150ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c: 250ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c: 250ml Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szynka Rze nika-pr.vp.parz.w dz. wyprodukowany z pol czonych kawalkówmi sa z dodan wod woslonce bialkowie 60g (<u>GLU, PSZ, SOJ</u>) Pomidor 50g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szynka Rze nika-pr.vp.parz.w dz. wyprodukowany z pol czonych kawalkówmi sa z dodan wod woslonce bialkowie 60g (<u>GLU, PSZ, SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c: 250ml Pomidor b/škorki 50g	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szynka Rze nika-pr.vp.parz.w dz. wyprodukowany z pol czonych kawalkówmi sa z dodan wod woslonce bialkowie 60g (<u>GLU, PSZ, SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c: 250ml Pomidor 50g	Herbata czarna ekspresowa z/c: 250ml Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ, GLU, YT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szynka Rze nika-pr.vp.parz.w dz. wyprodukowany z pol czonych kawalkówmi sa z dodan wod woslonce bialkowie 60g (<u>GLU, PSZ, SOJ</u>) Pomidor 50g	Bulka pszenna długa krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Szynka Rze nika-pr.vp.parz.w dz. wyprodukowany z pol czonych kawalkówmi sa z dodan wod woslonce bialkowie 60g (<u>GLU, PSZ, SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c: 250ml Pomidor b/škorki 50g
PN	Biskopki b/c: 30g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>)					
	Warto energetyczna: 2096,20kcal; Bialko ogdem: 75,65g; Tluszcz: 78,48g; Kw t. nasy.: 27,29g; W glowodany ogdem: 283,66g; W tym cukry: 48,39g; Bionnik pok.: 25,86g; Sol: 6,53g	Warto energetyczna: 1826,12kcal; Bialko ogdem: 80,44g; Tluszcz: 52,85g; Kw t. nasy.: 23,44g; W glowodany ogdem: 261,98g; W tym cukry: 44,76g; Bionnik pok.: 14,99g; Sol: 7,63g	Warto energetyczna: 2075,26kcal; Bialko ogdem: 83,70g; Tluszcz: 80,80g; Kw t. nasy.: 27,95g; W glowodany ogdem: 266,22g; W tym cukry: 31,88g; Bionnik pok.: 36,40g; Sol: 6,22g	Warto energetyczna: 2254,00kcal; Bialko ogdem: 79,55g; Tluszcz: 80,03g; Kw t. nasy.: 27,88g; W glowodany ogdem: 316,46g; W tym cukry: 57,59g; Bionnik pok.: 28,33g; Sol: 6,57g	Warto energetyczna: 1850,12kcal; Bialko ogdem: 83,80g; Tluszcz: 53,09g; Kw t. nasy.: 23,40g; W glowodany ogdem: 263,66g; W tym cukry: 46,20g; Bionnik pok.: 13,19g; Sol: 6,85g	

	PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwa strawna	PL-MSWA POZ Cukrzycowa	PL-MSWA POZ Wyskokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna	
2026-03-13 piątek	niadanie	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 60g (<u>JAU</u> , <u>ME</u>) Ogórek kiszony 50g Kakao z mlekiem b.c 250ml (<u>ME</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 60g (<u>JAU</u> , <u>ME</u>) Pomidor b/škorki 50g Kakao z mlekiem b.c 250ml (<u>ME</u>)	Chleb Graham 60g (<u>GLUPSZ</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 60g (<u>JAU</u> , <u>ME</u>) Ogórek kiszony 50g Kakao z mlekiem b.c 250ml (<u>ME</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 60g (<u>JAU</u> , <u>ME</u>) Ogórek kiszony 50g Kakao z mlekiem b.c 250ml (<u>ME</u>)	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 60g (<u>JAU</u> , <u>ME</u>) Pomidor b/škorki 50g Kakao z mlekiem b.c 250ml (<u>ME</u>)
	II			Sok pomidorowy 200ml		
	Obiad	Krupnikj czmienny* 300ml (<u>ME</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Ryba panierowany sma ona (Dorsz) 120g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAU</u> , <u>RIB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surówka z kapusty kiszony z olejem 150g Kompot owocowy z jablkami* z.c 250ml	Krupnikj czmienny* 300ml (<u>ME</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120g (<u>RIB</u>) Sos koperkowy () 100ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>ME</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Warzywa po grecku* 150g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Kompot owocowy z jablkami* z.c 250ml	Krupnikj czmienny* 300ml (<u>ME</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120g (<u>RIB</u>) Sos koperkowy () 100ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>ME</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surówka z kapusty kiszony z olejem b.c 150g Kompot owocowy z jablkami* b.c 250ml	Krupnikj czmienny* 300ml (<u>ME</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Ryba panierowany sma ona (Dorsz) 120g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAU</u> , <u>RIB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surówka z kapusty kiszony z olejem 150g Kompot owocowy z jablkami* z.c 250ml	Krupnikj czmienny* 300ml (<u>ME</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Pulpetrylony (Dorsz) 120g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAU</u> <u>RIB</u>) Sos koperkowy () 100ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>ME</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 300g Warzywa po grecku* 150g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Kompot owocowy z jablkami* z.c 250ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z.c 150ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z.c 250ml	Kisiel o smaku truskawkowym b.c 150ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b.c 250ml	Kisiel o smaku truskawkowym b.c 150ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b.c 250ml	Kisiel o smaku truskawkowym z.c 150ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z.c 250ml	Kisiel o smaku truskawkowym z.c 150ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z.c 250ml
	Kolacja	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Tvaro ek 60g (<u>ME</u>) D em 25g Pomara cza 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z.c 250ml	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Tvaro ek 60g (<u>ME</u>) D em 25g Jabko pieczone 1szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z.c 250ml	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Tvaro ek 60g (<u>ME</u>) Pomara cza 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b.c 250ml	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Tvaro ek 60g (<u>ME</u>) D em 25g Pomara cza 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z.c 250ml	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Tvaro ek 60g (<u>ME</u>) D em 25g Jabko pieczone 1szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z.c 250ml
PN			Wafle ry owe 30g			
	Warto energetyczna: 2347.33kcal; Bialko ogdem 80.77g; Tluszcz: 71.59g; Kw tl. nasy.: 25.95g; W glowodany ogdem: 355.11g; W tym cukry: 103.03g; Blonnik pok.: 27.22g; Sól: 7.59g	Warto energetyczna: 2172.59kcal; Bialko ogdem 83.88g; Tluszcz: 55.13g; Kw tl. nasy.: 24.64g; W glowodany ogdem: 345.67g; W tym cukry: 102.39g; Blonnik pok.: 25.27g; Sól: 5.94g	Warto energetyczna: 2080.27kcal; Bialko ogdem 91.60g; Tluszcz: 59.99g; Kw tl. nasy.: 25.11g; W glowodany ogdem: 309.08g; W tym cukry: 61.99g; Blonnik pok.: 35.27g; Sól: 7.96g	Warto energetyczna: 2496.73kcal; Bialko ogdem 84.83g; Tluszcz: 72.68g; Kw tl. nasy.: 26.20g; W glowodany ogdem: 386.56g; W tym cukry: 108.65g; Blonnik pok.: 30.41g; Sól: 8.57g	Warto energetyczna: 2213.64kcal; Bialko ogdem 84.25g; Tluszcz: 54.47g; Kw tl. nasy.: 24.83g; W glowodany ogdem: 357.55g; W tym cukry: 104.29g; Blonnik pok.: 23.29g; Sól: 4.97g	

	PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwa strawna	PL-MSWA POZ Cukrzycowa	PL-MSWA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna	
2026-03-14 sobota	nielane	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Parówki drobiowe (kiel drobnó rozdr w dz, parz w oslonce niejadalnej) 75g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u> , <u>GLU</u> , <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> , <u>CZ</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z pol czonych kawalkówmri sa, parzony 60g (<u>SOJ</u> , <u>ME</u> , <u>MD ezaniera</u> : <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u> , <u>GLU</u> , <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> , <u>CZ</u>) Pomidor b/skórki 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u> , <u>GLU</u> , <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> , <u>CZ</u>)	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z pol czonych kawalkówmri sa, parzony 60g (<u>SOJ</u> , <u>ME</u> , <u>MD ezaniera</u> : <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u> , <u>GLU</u> , <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> , <u>CZ</u>)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Parówki drobiowe (kiel drobnó rozdr w dz, parz w oslonce niejadalnej) 75g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u> , <u>GLU</u> , <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> , <u>CZ</u>)	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z pol czonych kawalkówmri sa, parzony 60g (<u>SOJ</u> , <u>ME</u> , <u>MD ezaniera</u> : <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Pomidor b/skórki 50g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (<u>ME</u> , <u>GLU</u> , <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> , <u>CZ</u>)
				Chleb Graham 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 10g (<u>ME</u>) Szynka Rze nika-pr.vp.parz.w dz. wyprodukowany z pol czonych kawalkówmri sa z dodan wod woslonce bialkowe 30g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ</u>) Salata zielona 5g		
	Obiad	Koperkowa z ziemiakami * 300ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Kociódek meksyka ski z kurczakiami fasol 150g (<u>SEL</u>) Ry na sypko 250g Surovka z marchwi 150g (<u>ME</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Koperkowa z ziemiakami * 300ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Potrawka drobiowa 150g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Ry na sypko 250g Buraczki gotowane () 150g Surovka z marchwi 150g (<u>ME</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Koperkowa z ziemiakami * 300ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Kociódek meksyka ski z kurczakiami fasol 150g (<u>SEL</u>) Ry na sypko (br zowy) 250g Surovka z marchwi b/c 150g (<u>ME</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Koperkowa z ziemiakami * 300ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Kociódek meksyka ski z kurczakiami fasol 150g (<u>SEL</u>) Ry na sypko 250g Surovka z marchwi 150g (<u>ME</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml	Koperkowa z ziemiakami * 300ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Potrawka drobiowa 150g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 300g Buraczki gotowane () 150g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250ml
	PD	Má lanka 150 ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	Má lanka 150 ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250ml	Má lanka 150 ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	Má lanka 150 ml (<u>ME</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pol czonych kawalkó ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SOJ</u>) Salatka z makaronu- dieta* 100g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb mieszaný pszenno- ytni 60g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>YT</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pol czonych kawalkó ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SOJ</u>) Salatka z makaronu- dieta* 100g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pol czonych kawalkó ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SOJ</u>) Salatka z makaronu pelnozlamistego- dieta* 100g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszaný pszenno- ytni 80g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>YT</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pol czonych kawalkó ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SOJ</u>) Salatka z makaronu- dieta* 100g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Maslo extra 82% 15 g (<u>ME</u>) Pol dwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pol czonych kawalkó ,parzony , woslonce niejadalnej 60g (<u>SOJ</u>) Salatka z makaronu- dieta* 100g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml
	PN		Jablko 1 szt 1 szt			
		Warto energetyczna: 2135.98kcal; Bialko ogolem 65.52g; Tluszcz: 66.10g; Kw tl. nasy.: 26.86g; W glowodany ogolem 329.58g; W tym cukry: 61.42g; Blonnik pok.: 23.08g; Sol: 8.02g	Warto energetyczna: 2151.78kcal; Bialko ogolem 74.68g; Tluszcz: 52.79g; Kw tl. nasy.: 22.98g; W glowodany ogolem 357.07g; W tym cukry: 76.18g; Blonnik pok.: 26.16g; Sol: 7.88g	Warto energetyczna: 2124.60kcal; Bialko ogolem 78.30g; Tluszcz: 65.40g; Kw tl. nasy.: 28.98g; W glowodany ogolem 318.40g; W tym cukry: 47.60g; Blonnik pok.: 41.78g; Sol: 9.14g	Warto energetyczna: 2434.72kcal; Bialko ogolem 76.49g; Tluszcz: 76.83g; Kw tl. nasy.: 32.96g; W glowodany ogolem 371.94g; W tym cukry: 76.41g; Blonnik pok.: 29.02g; Sol: 9.57g	Warto energetyczna: 2017.71kcal; Bialko ogolem 75.86g; Tluszcz: 47.29g; Kw tl. nasy.: 21.71g; W glowodany ogolem 333.37g; W tym cukry: 68.04g; Blonnik pok.: 22.23g; Sol: 7.48g

		PL-MSWA POZ Podstawowa	PL-MSWA POZ Łatwa strawna	PL-MSWA POZ Cukrzycowa	PL-MSWA POZ Wysokokaloryczna Hematologiczna	PL-MSWA POZ Neurologiczna	
2026-03-15 niedziela	nielane	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny rednio rozdrobniony parzony, w dzony 60g (<u>SOJ</u> , <u>MD</u> <u>ezawiera</u> : <u>ME</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Rzodkiew biała 50g Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> <u>CZ</u>)	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny rednio rozdrobniony parzony, w dzony 60g (<u>SOJ</u> , <u>MD</u> <u>ezawiera</u> : <u>ME</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Pomidor b/śkórki 50g Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> <u>CZ</u>)	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny rednio rozdrobniony parzony, w dzony 60g (<u>SOJ</u> , <u>MD</u> <u>ezawiera</u> : <u>ME</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Rzodkiew biała 50g Kawa zbo owa z młkiem b/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> <u>CZ</u>)	Chleb mieszany pszenno- żytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny rednio rozdrobniony parzony, w dzony 60g (<u>SOJ</u> , <u>MD</u> <u>ezawiera</u> : <u>ME</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Rzodkiew biała 50g Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> <u>CZ</u>)	Bulka pszenna długa krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny rednio rozdrobniony parzony, w dzony 60g (<u>SOJ</u> , <u>MD</u> <u>ezawiera</u> : <u>ME</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (<u>ME</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> , <u>GLUJ</u> <u>CZ</u>) Pomidor b/śkórki 50g	
	II	Kefir 2% t 150ml (<u>ME</u>)					
	Obiad	Pomidorowa z zacierk * 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Kotlet schabowy 100g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surowka z kapusty pekiskiej z olejem 150g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250ml	Pomidorowa z zacierk * 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Schab gotowany 100g Sos własny () 100ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Fasolka szparagowa z wody* 150g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250ml	Pomidorowa z zacierk * 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Schab gotowany 100g Sos własny () 100ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surowka z kapusty pekiskiej z olejem 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z zacierk * 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Kotlet schabowy 100g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Surowka z kapusty pekiskiej z olejem 150g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250ml	Pomidorowa z zacierk * 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> , <u>SEL</u>) Pulpet wieprzowy 80g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos własny () 100ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 300g Fasolka szparagowa z wody* 150g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250ml	
	PD	Ciasto drożdowe 50g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>ME</u> , <u>SOZ</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml		Mandarynka 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250ml	Ciasto drożdowe 50g (<u>GLUPSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>ME</u> , <u>SOZ</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno- żytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60g (<u>ME</u>) Banan 1szt 1szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60g (<u>ME</u>) Banan 1szt 1szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb Graham 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60g (<u>ME</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	Chleb Graham 30g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 80g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60g (<u>ME</u>) Banan 1szt 1szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Bulka pszenna długa krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 15g (<u>ME</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60g (<u>ME</u>) Banan 1szt 1szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	
PN			Chleb Graham 50g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10g (<u>ME</u>) Kurczak gotowany z kunej polki- produkt drobiowy, parzony 30g Salata zielona 5g				
		Warto energetyczna: 2418,42 kcal; Białko ogółem 83,66g; Tłuszcz: 68,32g; Kw. tł. nasy.: 24,06g; W. glównodany ogółem: 378,96g; W tym cukry: 93,43g; Błonnik pok.: 26,68g; Sól: 7,16g	Warto energetyczna: 2265,15 kcal; Białko ogółem 95,20g; Tłuszcz: 50,20g; Kw. tł. nasy.: 23,42g; W. glównodany ogółem: 369,41g; W tym cukry: 94,35g; Błonnik pok.: 22,63g; Sól: 7,09g	Warto energetyczna: 2069,84 kcal; Białko ogółem 106,40g; Tłuszcz: 60,94g; Kw. tł. nasy.: 30,02g; W. glównodany ogółem: 292,15g; W tym cukry: 49,81g; Błonnik pok.: 34,11g; Sól: 7,66g	Warto energetyczna: 2762,80 kcal; Białko ogółem 100,44g; Tłuszcz: 81,03g; Kw. tł. nasy.: 31,84g; W. glównodany ogółem: 421,45g; W tym cukry: 99,86g; Błonnik pok.: 30,29g; Sól: 8,89g	Warto energetyczna: 2304,00 kcal; Białko ogółem 83,76g; Tłuszcz: 55,41g; Kw. tł. nasy.: 24,13g; W. glównodany ogółem: 378,35g; W tym cukry: 95,89g; Błonnik pok.: 21,01g; Sól: 6,28g	

Oznaczenia alergenów

GLU PSZ - Zbo a zawieraj ce gluten pszenny,
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 laktoz ,
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 - Mi czaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU YT - Zbo a zawierajace gluten ytni,
GLU OW - Zbo a zawieraj ce gluten owsiany,
GLU J CZ - Zbo a zawieraj ce gluten j czmienny,

Oznaczenia wska ników

Warto energetyczna - Warto energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
W glowodany ogółem - W glowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z w glowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,