

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-25 do dnia 2026-03-01 KUCHNIA PUŁAWY

		PUŁ- 1 Podstawowa	PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- 2 Łatwo strawna
2026-02-25 środa	Śniadanie	Ryż na mleku/p 400 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Sałatka jarzynowa (*) 100 g (JAJ. MLE. SEL. GOR.)	Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Sałatka jarzynowa (*) 100 g (JAJ. MLE. SEL. GOR.)	Ryż na mleku/p 400 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka w siatce- wieprzowa, parzona, wędzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE. SEL.)
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ. SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ. SEL.) Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD		Warzywa pieczone 100 g Dip zielony 10 g (MLE.)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztecik Ciecchanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (SOJ. MLE. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SEL. GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (SOJ. MLE. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SEL. GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2057.81 kcal; Białko ogółem: 86.63 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 11.56 g; Węglowodany ogółem: 294.87 g; W tym cukry: 49.95 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2058.68 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; Tłuszcz: 60.69 g; Kw. tł. nasy.: 13.57 g; Węglowodany ogółem: 289.83 g; W tym cukry: 49.73 g; Błonnik pok.: 31.85 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 1884.68 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 38.56 g; Kw. tł. nasy.: 8.49 g; Węglowodany ogółem: 304.47 g; W tym cukry: 51.75 g; Błonnik pok.: 19.40 g; Sól: 7.85 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-25 do dnia 2026-03-01 KUCHNIA PUŁAWY

		PUŁ- 1 Podstawowa	PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- 2 Łatwo strawna
2026-02-26 czwartek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: GLUPSZ. JAJ. GOR.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE. GLU JĘCZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: GLUPSZ. JAJ. GOR.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka dębowa łopatka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem wody i białka wieprzowego 50 g (SOJ. MLE. SEL. może zawierać: GLUPSZ. JAJ. GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 200 g (MLE. GLU OW.)	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ. MLE. SEL.) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (GLUPSZ. JAJ. SEL. GOR.) Jabłko 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ. MLE. SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (GLUPSZ. SEL.) Surówka wielowarzynna z olejem b/c () 150 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLUPSZ. MLE. SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 350 g (GLUPSZ. SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ.) Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ.) Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ.) Serek a`la homogenizowany z ziołami 30 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor b/skórki 80 g
PN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 150 g	
	Wartość energetyczna: 2038.94 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 59.36 g; Kw. tł. nasy.: 14.41 g; Węglowodany ogółem: 309.01 g; W tym cukry: 78.76 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2269.15 kcal; Białko ogółem: 100.98 g; Tłuszcz: 60.89 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 346.65 g; W tym cukry: 69.86 g; Błonnik pok.: 44.94 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2042.72 kcal; Białko ogółem: 82.45 g; Tłuszcz: 51.69 g; Kw. tł. nasy.: 10.97 g; Węglowodany ogółem: 323.62 g; W tym cukry: 61.81 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 5.65 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-25 do dnia 2026-03-01 KUCHNIA PUŁAWY

		PUŁ- 1 Podstawowa	PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- 2 Łatwo strawna
2026-02-27 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomarańcza 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN		Koktajl wielowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD		Chleb Graham 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Sok pomidorowy 250 ml		Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml
		Wartość energetyczna: 2165.30 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 55.16 g; Kw. tł. nasy.: 9.75 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; W tym cukry: 74.12 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2108.59 kcal; Białko ogółem: 108.50 g; Tłuszcz: 48.83 g; Kw. tł. nasy.: 11.35 g; Węglowodany ogółem: 326.08 g; W tym cukry: 70.55 g; Błonnik pok.: 41.05 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2048.55 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 40.39 g; Kw. tł. nasy.: 8.49 g; Węglowodany ogółem: 341.80 g; W tym cukry: 72.55 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 8.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-25 do dnia 2026-03-01 KUCHNIA PUŁAWY

		PUŁ- 1 Podstawowa	PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- 2 Łatwo strawna
2026-02-28 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g	Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g	Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Sałatka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Sałatka z dyni pieczonej z natką pietruszki i olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (SOJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (SOJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (SOJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 10 g	Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2131.94 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 45.00 g; Kw. tł. nasy.: 7.94 g; Węglowodany ogółem: 347.86 g; W tym cukry: 59.30 g; Błonnik pok.: 34.23 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2321.00 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 56.61 g; Kw. tł. nasy.: 11.95 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; W tym cukry: 74.22 g; Błonnik pok.: 47.72 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2124.24 kcal; Białko ogółem: 95.60 g; Tłuszcz: 40.65 g; Kw. tł. nasy.: 7.59 g; Węglowodany ogółem: 358.50 g; W tym cukry: 59.87 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 5.98 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-25 do dnia 2026-03-01 KUCHNIA PUŁAWY

		PUŁ- 1 Podstawowa	PUŁ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- 2 Łatwo strawna
2026-03-01 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Warzywa pieczone (buraki, pietruszka, cukinia) 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Jogurt naturalny z musem truskawkowym 150 g (MLE.)	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kapusta zasmażana () 100 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnisty * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD		Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej 30 g (GOR.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g
	PN		Jabłko 150 g	Banan 120 g
		Wartość energetyczna: 2191.22 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 316.17 g; W tym cukry: 57.37 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2198.20 kcal; Białko ogółem: 118.43 g; Tłuszcz: 58.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 317.08 g; W tym cukry: 65.05 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2051.80 kcal; Białko ogółem: 109.71 g; Tłuszcz: 42.50 g; Kw. tł. nasy.: 10.38 g; Węglowodany ogółem: 315.49 g; W tym cukry: 64.70 g; Błonnik pok.: 17.89 g; Sól: 5.05 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,