

		PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)
2026-04-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 70 g (SOJ.) Pomidor 90 g Rozzponka 10 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 70 g (SOJ.) Pomidor 80 g Rozzponka 20 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 70 g (SOJ.) Pomidor 90 g Rozzponka 10 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 70 g (SOJ.) Pomidor 90 g Rozzponka 10 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 70 g (SOJ.) Pomidor 80 g Rozzponka 20 g
	II ŚN	Smoothie (jabłko, szpinak) 250 g				
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą * 300 g (GLU PSZ, SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Curry warzywne z ciecierzycą * 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 150 g (SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Curry warzywne z ciecierzycą * 300 g (GLU PSZ, SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Słupki z marchewki 100 g		Kefir 2% tł 250 ml (MLE.) Słupki z marchewki 100 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Łosoś) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2593.34 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 15.93 g; Węglowodany ogółem: 449.29 g; W tym cukry: 80.99 g; Błonnik pok.: 50.90 g; Sód: 4101.61 mg;	Wartość energetyczna: 2516.74 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 57.36 g; Kw. tł. nasy.: 15.75 g; Węglowodany ogółem: 422.91 g; W tym cukry: 74.33 g; Błonnik pok.: 37.93 g; Sód: 3227.35 mg;	Wartość energetyczna: 2581.04 kcal; Białko ogółem: 108.86 g; Tłuszcz: 61.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.13 g; Węglowodany ogółem: 440.89 g; W tym cukry: 71.90 g; Błonnik pok.: 65.52 g; Sód: 3807.68 mg;	Wartość energetyczna: 2704.50 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 64.44 g; Kw. tł. nasy.: 17.84 g; Węglowodany ogółem: 456.98 g; W tym cukry: 85.40 g; Błonnik pok.: 51.28 g; Sód: 4221.05 mg;	Wartość energetyczna: 2627.90 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 430.60 g; W tym cukry: 78.74 g; Błonnik pok.: 38.31 g; Sód: 3346.79 mg;	

	PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)	
2026-04-28 wtorek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 100g (GLU PSZ , Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z indykami prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ , Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z indykami prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ , Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU, JECZ , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ , Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z indykami prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ , Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 100g (GLU PSZ , Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z indykami prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ , Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT , Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z indykami prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ , Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g
		II ŚN	Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (MLE ,)			
2026-04-28 wtorek	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOZ , Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ , Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (GLU PSZ , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ , Dynamis duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ , Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Makaron 250 g (GLU PSZ , Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (GLU PSZ , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ , Dynamis duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ , Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOZ , Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ , Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (GLU PSZ , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ , Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOZ , Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ , Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (GLU PSZ , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ , Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Dynamis duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ , Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Makaron 250 g (GLU PSZ , Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (GLU PSZ , Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ , Dynamis duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ , Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml		Warzywa pieczone 100 g Dip ziołowy 10 g (MLE ,)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml
2026-04-28 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR , Twaróg półtłusty 50 g (MLE , Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ , Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR , Twaróg półtłusty 50 g (MLE , Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 150 g (GLU PSZ , Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR , Twaróg półtłusty 50 g (MLE , Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR , Twaróg półtłusty 50 g (MLE , Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ , Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR , Twaróg półtłusty 50 g (MLE , Pomidor b/skórki 100 g
		PN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g
		Wartość energetyczna: 2601.83 kcal; Białko ogółem: 130.30 g; Tłuszcz: 64.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.84 g; Węglowodany ogółem: 402.68 g; W tym cukry: 54.85 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sód: 5017.11 mg;	Wartość energetyczna: 2618.22 kcal; Białko ogółem: 124.77 g; Tłuszcz: 62.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 406.26 g; W tym cukry: 52.79 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sód: 4182.24 mg;	Wartość energetyczna: 2581.13 kcal; Białko ogółem: 131.55 g; Tłuszcz: 73.74 g; Kw. tł. nasy.: 17.41 g; Węglowodany ogółem: 384.59 g; W tym cukry: 56.13 g; Błonnik pok.: 42.06 g; Sód: 4307.34 mg;	Wartość energetyczna: 2621.83 kcal; Białko ogółem: 131.30 g; Tłuszcz: 65.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 405.68 g; W tym cukry: 54.85 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sód: 5417.11 mg;	Wartość energetyczna: 2638.22 kcal; Białko ogółem: 125.77 g; Tłuszcz: 62.88 g; Kw. tł. nasy.: 16.59 g; Węglowodany ogółem: 409.26 g; W tym cukry: 52.79 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sód: 4582.24 mg;

		PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)	
2026-04-29 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z musem truskawkowym b/c 150 ml (MLE.)					
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 100 g (MLE.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane z olejem () b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grykowska * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane z olejem () b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 150 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi i rzepy ze śmietaną () 100 g (MLE.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane z olejem () b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grykowska * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane z olejem () b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD	Bułka pszenna długa krojona 45 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g		Sałatka witaminowa 150 g (SEL.)		Bułka pszenna długa krojona 45 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml		Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml	
	Wartość energetyczna: 2580.06 kcal; Białko ogółem: 113.91 g; Tłuszcz: 66.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 413.68 g; W tym cukry: 71.25 g; Błonnik pok.: 39.08 g; Sód: 4278.88 mg;	Wartość energetyczna: 2602.89 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 60.48 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 426.62 g; W tym cukry: 65.08 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sód: 4183.17 mg;	Wartość energetyczna: 2509.99 kcal; Białko ogółem: 115.46 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 410.73 g; W tym cukry: 70.01 g; Błonnik pok.: 48.09 g; Sód: 3263.39 mg;	Wartość energetyczna: 2580.06 kcal; Białko ogółem: 113.91 g; Tłuszcz: 66.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 413.68 g; W tym cukry: 71.25 g; Błonnik pok.: 39.08 g; Sód: 4278.88 mg;	Wartość energetyczna: 2602.89 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 60.48 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 426.62 g; W tym cukry: 65.08 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sód: 4183.17 mg;		

	PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)
Śniadanie	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (MLE,) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Makaron pełnoziarnisty 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,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (MLE,) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Roszponka 10 g
	II ŚN	Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 0,5 szt Bułka pszenna długa krojona 45 g (GLU PSZ,) Sałata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Sałata zielona 5 g Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 45 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałata zielona 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (SEL,) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 150 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,)	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Selcer z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (GLU PSZ, SEL,) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,)	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (SEL,) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 150 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,)	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Selcer z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (GLU PSZ, SEL,) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,)	
	PD	Koktajl truskawkowy* b/c 250 ml (MLE,)			
Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałatka jarzynowa (*) 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (MLE, SEL,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałatka jarzynowa (*) 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałatka jarzynowa (*) 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Tyrolska kielbasa wieprzowa drobno rozdrobniona 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (MLE, SEL,) Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,)	Pomidor 15 g Masło extra 82% 5 g (MLE,) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,)	
	Wartość energetyczna: 2568.56 kcal; Białko ogółem: 111.05 g; Tłuszcz: 77.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 383.92 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 36.05 g; Sód: 3731.53 mg;	Wartość energetyczna: 2558.46 kcal; Białko ogółem: 113.66 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 401.24 g; W tym cukry: 69.19 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sód: 2821.33 mg;	Wartość energetyczna: 2636.79 kcal; Białko ogółem: 115.59 g; Tłuszcz: 81.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 397.96 g; W tym cukry: 61.84 g; Błonnik pok.: 53.28 g; Sód: 3548.36 mg;	Wartość energetyczna: 2604.56 kcal; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz: 81.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 383.93 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 36.05 g; Sód: 3733.53 mg;	Wartość energetyczna: 2594.46 kcal; Białko ogółem: 113.67 g; Tłuszcz: 68.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 401.25 g; W tym cukry: 69.19 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sód: 2823.33 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA PUŁAWY

		PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)
2026-05-01 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłka prażone b/c 150 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłka prażone b/c 150 g
	II ŚN	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE,</u>) Mus z truskawek* b/c 50 g			Kefir 2% tł 250 ml (<u>MLE,</u>) Mus z truskawek* b/c 50 g	
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Szałotka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Szałotka z kapusty czerwonej z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Smoothie (szpinak, cytryna, natka pietruszki) 150 g			Smoothie (szpinak, cytryna, natka pietruszki) 150 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g
	PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 250 ml				
	Wartość energetyczna: 2392.83 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.03 g; Węglowodany ogółem: 368.11 g; W tym cukry: 72.91 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sód: 3835.66 mg;	Wartość energetyczna: 2422.76 kcal; Białko ogółem: 123.21 g; Tłuszcz: 55.69 g; Kw. tł. nasy.: 17.29 g; Węglowodany ogółem: 379.71 g; W tym cukry: 56.45 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sód: 3346.24 mg;	Wartość energetyczna: 2536.35 kcal; Białko ogółem: 137.39 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 381.42 g; W tym cukry: 66.62 g; Błonnik pok.: 38.87 g; Sód: 4047.20 mg;	Wartość energetyczna: 2442.83 kcal; Białko ogółem: 123.13 g; Tłuszcz: 63.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.22 g; Węglowodany ogółem: 372.81 g; W tym cukry: 77.01 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sód: 3875.66 mg;	Wartość energetyczna: 2511.76 kcal; Białko ogółem: 132.00 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 385.52 g; W tym cukry: 61.51 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sód: 3391.04 mg;	

	PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)	
2026-05-02 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80g (<u>SOJ, SEL</u>) Musztarda 10g (<u>GOR</u>) Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80g Sałata zielona 20g	Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50g (<u>SOJ, MLE</u>) Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80g Sałata zielona 20g	Ryż pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50g (<u>SOJ, MLE</u>) Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80g Sałata zielona 20g	Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80g (<u>SOJ, SEL</u>) Musztarda 10g (<u>GOR</u>) Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80g Sałata zielona 20g	Ryż na mleku/p 400 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50g (<u>SOJ, MLE</u>) Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki i olejem* 80g Sałata zielona 20g
		II ŚN Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml				
2026-05-02 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200g (<u>GLU JĘCZ</u>) Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100g (<u>SEL</u>) Kalaflor gotowany z olejem* 100g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250g (<u>GLU JĘCZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 180g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane z olejem () b/c 150g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250g (<u>GLU JĘCZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 180g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100g (<u>SEL</u>) Kalaflor gotowany z olejem* 100g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250g (<u>GLU JĘCZ</u>) Wątróbka wieprzowa duszona w sosie własnym 180g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100g (<u>SEL</u>) Kalaflor gotowany z olejem* 100g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250g (<u>GLU JĘCZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 180g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane z olejem () b/c 150g Kompot owocowy* z/c 250 ml
		PD	Kanapka z twarogiem i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarózek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twarózek 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kanapka z twarogiem i pomidorem (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarózek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	
2026-05-02 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80g Mix sałat 20g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80g Mix sałat 20g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80g Mix sałat 20g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80g Mix sałat 20g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80g Mix sałat 20g
		PN	Banan 120g	Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 120g	
	Wartość energetyczna: 2754.84 kcal; Białko ogółem: 116.01 g; Tłuszcz: 87.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 403.34 g; W tym cukry: 77.54 g; Błonnik pok.: 36.75 g; Sód: 3683.53 mg;	Wartość energetyczna: 2682.75 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz: 62.96 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; Węglowodany ogółem: 440.39 g; W tym cukry: 87.02 g; Błonnik pok.: 33.11 g; Sód: 3439.27 mg;	Wartość energetyczna: 2642.20 kcal; Białko ogółem: 123.10 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 420.42 g; W tym cukry: 63.91 g; Błonnik pok.: 49.84 g; Sód: 3651.90 mg;	Wartość energetyczna: 2820.27 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 88.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 417.41 g; W tym cukry: 77.63 g; Błonnik pok.: 37.91 g; Sód: 3732.84 mg;	Wartość energetyczna: 2820.75 kcal; Białko ogółem: 115.94 g; Tłuszcz: 63.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.88 g; Węglowodany ogółem: 470.14 g; W tym cukry: 87.62 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sód: 3631.27 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA PUŁAWY

	PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)	
2026-05-03 niedziela	Śniadanie	Platki 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.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Platki 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.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g
		II ŚN	Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g (MLE.)			
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 200 g Brokuł gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD	Koktajl z jagód * b/c 200 g (MLE.)				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 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: 2661.05 kcal; Białko ogółem: 130.31 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 398.82 g; W tym cukry: 75.88 g; Błonnik pok.: 42.13 g; Sód: 3888.85 mg;	Wartość energetyczna: 2614.85 kcal; Białko ogółem: 129.01 g; Tłuszcz: 72.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; Węglowodany ogółem: 384.18 g; W tym cukry: 84.98 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sód: 3171.76 mg;	Wartość energetyczna: 2623.28 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 81.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 373.99 g; W tym cukry: 67.49 g; Błonnik pok.: 46.13 g; Sód: 3526.23 mg;	Wartość energetyczna: 2783.36 kcal; Białko ogółem: 143.23 g; Tłuszcz: 84.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 398.82 g; W tym cukry: 75.88 g; Błonnik pok.: 42.13 g; Sód: 3969.18 mg;	Wartość energetyczna: 2737.16 kcal; Białko ogółem: 141.93 g; Tłuszcz: 80.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 384.18 g; W tym cukry: 84.98 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sód: 3252.08 mg;	

		PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)	
2026-05-04 poniedziałek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,) Sałata zielona 20 g Sałatka wiosenna 80 g	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,) Warzywa pieczone 100 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JEJCZ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 150 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,) Sałata zielona 20 g Sałatka wiosenna 80 g	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,) Sałata zielona 20 g Sałatka wiosenna 80 g	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,) Warzywa pieczone 100 g	
	II ŚN	Kanapka z jajkiem i sałata (bułka pszenna 45g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)		Kanapka z jajkiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Kanapka z jajkiem i sałata (bułka pszenna 45g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)		
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE,) Twaróg półtłusty 150 g (MLE,) Kompot owocowy* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Banan 120 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 250 g Twaróg półtłusty 150 g (MLE,) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE,) Kompot owocowy* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE,) Twaróg półtłusty 150 g (MLE,) Banan 120 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	
	PD	Sałatka z brokułu i pomidora 100 g					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,) Pomidor 90 g Rozzponka 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,) Pomidor 90 g Rozzponka 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 150 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,) Pomidor 90 g Rozzponka 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,) Pomidor 90 g Rozzponka 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,) Pomidor 90 g Rozzponka 10 g	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 10 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,)		
		Wartość energetyczna: 2535.10 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 61.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 407.65 g; W tym cukry: 78.95 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sód: 3011.72 mg;	Wartość energetyczna: 2553.74 kcal; Białko ogółem: 104.00 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 399.13 g; W tym cukry: 87.17 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sód: 2343.58 mg;	Wartość energetyczna: 2544.09 kcal; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 18.96 g; Węglowodany ogółem: 421.80 g; W tym cukry: 60.55 g; Błonnik pok.: 50.61 g; Sód: 3426.23 mg;	Wartość energetyczna: 2535.10 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 61.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 407.65 g; W tym cukry: 78.95 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sód: 3011.72 mg;	Wartość energetyczna: 2618.74 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 69.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 400.98 g; W tym cukry: 88.77 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sód: 2351.58 mg;	

	PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)	
2026-05-05 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z tofu i buraka 80 g (SOJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 20 g	Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z tofu i buraka 80 g (SOJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 20 g	Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z tofu i buraka 80 g (SOJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 20 g	Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z tofu i buraka 80 g (SOJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 20 g	Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z tofu i buraka 80 g (SOJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 20 g
	II ŚN	Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 150 g (MLE.)			Jogurt naturalny z musem jabłkowym b/c 250 g (MLE.)	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.)	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.)
	PD	Sok owocowo-warzywny 200 ml		Chleb Graham 25 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 30 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Sok owocowo-warzywny 200 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2520.25 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 67.72 g; Kw. tł. nasy.: 15.50 g; Węglowodany ogółem: 393.96 g; W tym cukry: 66.94 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sód: 3210.96 mg;	Wartość energetyczna: 2615.68 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 59.74 g; Kw. tł. nasy.: 15.01 g; Węglowodany ogółem: 427.36 g; W tym cukry: 65.83 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sód: 3299.24 mg;	Wartość energetyczna: 2622.73 kcal; Białko ogółem: 128.84 g; Tłuszcz: 89.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 359.52 g; W tym cukry: 71.23 g; Błonnik pok.: 38.52 g; Sód: 3351.32 mg;	Wartość energetyczna: 2576.92 kcal; Białko ogółem: 113.63 g; Tłuszcz: 69.19 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 402.12 g; W tym cukry: 72.97 g; Błonnik pok.: 34.78 g; Sód: 3253.63 mg;	Wartość energetyczna: 2672.34 kcal; Białko ogółem: 116.92 g; Tłuszcz: 61.21 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 435.53 g; W tym cukry: 71.86 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sód: 3341.91 mg;	

	PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)	
2026-05-06 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Pomidor 90 g Rukola 10 g
		II ŚN Salatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL.)				
2026-05-06 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza gryczana 250 g Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 250 g Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza gryczana 250 g Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD Kocktajl z czarnej porzeczki* b/c 150 ml (MLE.)				
2026-05-06 środa	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz ryбно (miruna)-warzywny* 80 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 20 g
		PN Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 50 g		Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtusty 25 g (MLE.) Pomidor 15 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 50 g	
		Wartość energetyczna: 2677.82 kcal; Białko ogółem: 121.34 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 415.74 g; W tym cukry: 69.55 g; Błonnik pok.: 41.06 g; Sód: 3432.30 mg;	Wartość energetyczna: 2652.41 kcal; Białko ogółem: 117.99 g; Tłuszcz: 54.20 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 441.95 g; W tym cukry: 67.66 g; Błonnik pok.: 30.61 g; Sód: 2633.27 mg;	Wartość energetyczna: 2673.71 kcal; Białko ogółem: 129.61 g; Tłuszcz: 69.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 421.81 g; W tym cukry: 67.89 g; Błonnik pok.: 46.75 g; Sód: 3362.30 mg;	Wartość energetyczna: 2677.82 kcal; Białko ogółem: 121.34 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 415.74 g; W tym cukry: 69.55 g; Błonnik pok.: 41.06 g; Sód: 3432.30 mg;	Wartość energetyczna: 2652.41 kcal; Białko ogółem: 117.99 g; Tłuszcz: 54.20 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 441.95 g; W tym cukry: 67.66 g; Błonnik pok.: 30.61 g; Sód: 2633.27 mg;

		PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)
2026-05-07 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Ogórek kiszony 100 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,) Pomidor 90 g Rozszponka 10 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JEJCZ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Ogórek kiszony 100 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Ogórek kiszony 100 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ, MLE,) Pomidor 90 g Rozszponka 10 g
	II ŚN	Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (MLE,)				
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 400 g (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 150 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 400 g (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD	Jabłko 150 g				
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 50 g (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 50 g (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 50 g (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 50 g (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	
PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt		Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Sałata zielona 5 g Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ,)	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2580.16 kcal; Białko ogółem: 115.41 g; Tłuszcz: 67.77 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 412.60 g; W tym cukry: 83.90 g; Błonnik pok.: 47.44 g; Sód: 3173.94 mg;	Wartość energetyczna: 2576.94 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 60.81 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 412.80 g; W tym cukry: 78.34 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sód: 2552.48 mg;	Wartość energetyczna: 2727.09 kcal; Białko ogółem: 125.39 g; Tłuszcz: 75.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.87 g; Węglowodany ogółem: 419.43 g; W tym cukry: 67.41 g; Błonnik pok.: 55.44 g; Sód: 3729.42 mg;	Wartość energetyczna: 2580.16 kcal; Białko ogółem: 115.41 g; Tłuszcz: 67.77 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 402.60 g; W tym cukry: 83.90 g; Błonnik pok.: 47.44 g; Sód: 3173.94 mg;	Wartość energetyczna: 2576.94 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 60.81 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 412.80 g; W tym cukry: 78.34 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sód: 2552.48 mg;	

	PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)	
2026-05-08 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE,) Powidła śliwkowe 25 g Jabłko 150 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g	Makaron pełnoziarnisty na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 150 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE,) Pomidor 100 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE,) Powidła śliwkowe 25 g Jabłko 150 g	Zacierka na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g
		II ŚN Owsianka z jabłkiem, rodzynkami i cynamonem b/c 150 g (MLE, GLU OW,)				
2026-05-08 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (RYB,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku * (bez cukru) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (RYB,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (RYB,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku * (bez cukru) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g				
2026-05-08 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,) Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 150 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,) Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr 100 g
		PN Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)				
	Wartość energetyczna: 2581.87 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 58.54 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; Węglowodany ogółem: 434.16 g; W tym cukry: 77.72 g; Błonnik pok.: 38.67 g; Sód: 3324.75 mg;	Wartość energetyczna: 2676.69 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 61.60 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; Węglowodany ogółem: 436.43 g; W tym cukry: 80.65 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sód: 2518.46 mg;	Wartość energetyczna: 2443.51 kcal; Białko ogółem: 122.41 g; Tłuszcz: 61.80 g; Kw. tł. nasy.: 14.92 g; Węglowodany ogółem: 386.73 g; W tym cukry: 54.94 g; Błonnik pok.: 43.66 g; Sód: 3078.78 mg;	Wartość energetyczna: 2581.87 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 58.54 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; Węglowodany ogółem: 434.16 g; W tym cukry: 77.72 g; Błonnik pok.: 38.67 g; Sód: 3324.75 mg;	Wartość energetyczna: 2676.69 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 61.60 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; Węglowodany ogółem: 436.43 g; W tym cukry: 80.65 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sód: 2518.46 mg;	

	PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)	
2026-05-09 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
		II ŚN	Sok pomarańczowy 150 ml	Chleb Graham 40g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5g	Sok pomarańczowy 200 ml	
2026-05-09 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane z olejem () b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane z olejem () b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD	Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Mus z truskawek* b/c 50 g			
2026-05-09 sobota	Kolacja	Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałata zielona 20 g Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałata zielona 20 g Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, GOR.)	Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 200 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałata zielona 20 g Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.)
		PN	Jabłko 150 g			
		Wartość energetyczna: 2302.09 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 12.49 g; Węglowodany ogółem: 369.00 g; W tym cukry: 68.30 g; Błonnik pok.: 40.40 g; Sód: 2810.84 mg;	Wartość energetyczna: 2410.59 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 55.06 g; Kw. tł. nasy.: 11.71 g; Węglowodany ogółem: 389.70 g; W tym cukry: 71.88 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sód: 2687.95 mg;	Wartość energetyczna: 2446.04 kcal; Białko ogółem: 112.66 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 17.25 g; Węglowodany ogółem: 377.49 g; W tym cukry: 56.87 g; Błonnik pok.: 44.22 g; Sód: 3097.89 mg;	Wartość energetyczna: 2408.66 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 64.16 g; Kw. tł. nasy.: 13.13 g; Węglowodany ogółem: 384.52 g; W tym cukry: 72.25 g; Błonnik pok.: 40.95 g; Sód: 2947.80 mg;	Wartość energetyczna: 2509.25 kcal; Białko ogółem: 111.14 g; Tłuszcz: 58.11 g; Kw. tł. nasy.: 12.10 g; Węglowodany ogółem: 404.07 g; W tym cukry: 75.91 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sód: 2832.39 mg;

		PUŁ- C01 Podstawowa (I i II trymestr)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (I i II trymestr)	PUŁ- C03 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	PUŁ- C01 Podstawowa (III trymestr i pp 0-6m)	PUŁ- C02 Łatwostrawna (III trymestr i pp 0-6m)	
2026-05-10 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku/p 200 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szyngowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 20 g Rzodkiewka 80 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szyngowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szyngowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 20 g Rzodkiewka 80 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 200 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szyngowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 20 g Rzodkiewka 80 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szyngowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g	
	II ŚN	Maślanka z tartym jabłkiem 250 ml (MLE.)		Maślanka z tartym jabłkiem 150 ml (MLE.)	Maślanka z tartym jabłkiem 250 ml (MLE.)		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml		
	PD	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 0,5 szt Filet zapiekany drobiowy 25 g (MLE.) Pomidor 15 g		Chleb Graham 25 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 0,5 szt Filet zapiekany drobiowy 25 g (MLE.) Pomidor 15 g	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 0,5 szt Filet zapiekany drobiowy 25 g (MLE.) Pomidor 15 g		
	Kolacja	Kakao/p b/c 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Banan 120 g	Kakao/p b/c 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Banan 120 g	Kakao/p b/c 250 ml (MLE.) Chleb Graham 150 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 100 g	Kakao/p b/c 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Banan 120 g	Kakao/p b/c 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Banan 120 g	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Hummus 50 g (SEZ.) Sałata zielona 10 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2559.03 kcal; Białko ogółem: 134.50 g; Tłuszcz: 54.69 g; Kw. tł. nasy.: 17.40 g; Węglowodany ogółem: 411.41 g; W tym cukry: 83.63 g; Błonnik pok.: 34.62 g; Sód: 4162.55 mg;	Wartość energetyczna: 2539.56 kcal; Białko ogółem: 135.70 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw. tł. nasy.: 17.17 g; Węglowodany ogółem: 391.37 g; W tym cukry: 90.84 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sód: 3497.06 mg;	Wartość energetyczna: 2540.41 kcal; Białko ogółem: 140.28 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 386.23 g; W tym cukry: 50.59 g; Błonnik pok.: 41.37 g; Sód: 4234.22 mg;	Wartość energetyczna: 2559.03 kcal; Białko ogółem: 134.50 g; Tłuszcz: 54.69 g; Kw. tł. nasy.: 17.40 g; Węglowodany ogółem: 411.41 g; W tym cukry: 83.63 g; Błonnik pok.: 34.62 g; Sód: 4162.55 mg;	Wartość energetyczna: 2539.56 kcal; Białko ogółem: 135.70 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw. tł. nasy.: 17.17 g; Węglowodany ogółem: 391.37 g; W tym cukry: 90.84 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sód: 3497.06 mg;	

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 - 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,