

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 70 g (RYB, MLE,) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 70 g (RYB, MLE,) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli wędzonej 80 g (RYB, MLE,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
II ŚN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)
Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Curry dyniowe z ciecierzycą * 130 g (SEL.) Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Surówka z marchwi () 100 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi () 160 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 130 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 130 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (MLE, SEL.) Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD		Chrupki kukurydziane 20 g				Śliwka szt 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna niegazowana 250 ml		Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 20 g (MLE,) Woda mineralna niegazowana 250 ml
	Wartość energetyczna: 2015.17 kcal; Białko ogółem: 66.82 g; Tłuszcz: 51.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 338.87 g; W tym cukry: 90.24 g; Błonnik pok.: 42.67 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 1567.80 kcal; Białko ogółem: 67.31 g; Tłuszcz: 51.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 222.65 g; W tym cukry: 60.68 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2078.55 kcal; Białko ogółem: 74.02 g; Tłuszcz: 57.10 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 332.84 g; W tym cukry: 85.88 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 2184.42 kcal; Białko ogółem: 89.16 g; Tłuszcz: 61.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 332.88 g; W tym cukry: 82.37 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2088.75 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 331.90 g; W tym cukry: 81.79 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 7.00 g;	Wartość energetyczna: 1817.71 kcal; Białko ogółem: 69.75 g; Tłuszcz: 54.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 285.48 g; W tym cukry: 44.78 g; Błonnik pok.: 46.27 g; Sól: 8.18 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb miesany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Połedwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawalków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Połedwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawalków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połedwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawalków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połedwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawalków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
II ŚN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)
Obiad	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy* 50 ml (GLU PSZ) Dyńia duszona z olejem* 160 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
PD		Banan 1szt. 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)
Kolacja	Chleb miesany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (SEL) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Połedwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych z połączonych kawalków mięsa, parzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Połedwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych z połączonych kawalków mięsa, parzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połedwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych z połączonych kawalków mięsa, parzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (SEL) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)
PN			Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z kalafiora, oliwy i koperku 150 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ) Woda mineralna niegazowana 250 ml
	Wartość energetyczna: 2281.76 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 321.97 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 1930.89 kcal; Białko ogółem: 100.56 g; Tłuszcz: 51.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.89 g; Węglowodany ogółem: 272.68 g; W tym cukry: 80.86 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sól: 2.59 g;	Wartość energetyczna: 2279.04 kcal; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 331.71 g; W tym cukry: 68.18 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2278.06 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 331.48 g; W tym cukry: 68.03 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2182.39 kcal; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 52.88 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 330.51 g; W tym cukry: 67.45 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2008.85 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 54.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 293.29 g; W tym cukry: 50.62 g; Błonnik pok.: 43.06 g; Sól: 7.78 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)
Obiad	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 150 g (GLU PSZ, JAJ.) Kalań gotowany* 100 g Cwikła z chrzanem b/c () 100 g (MLE, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószane () 160 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószane () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml			Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwikła z chrzanem b/c () 100 g (MLE, S02.) Kalań gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD		Chrupki kukurydziane 20 g				Śliwka szt 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Paszet z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszet z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Mandarynka 2 szt	Mandarynka 2 szt Woda mineralna niegazowana 250 ml		Woda mineralna niegazowana 250 ml Mandarynka 2 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.) Woda mineralna niegazowana 250 ml
	Wartość energetyczna: 2687.49 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 96.32 g; Kw. tł. nasy.: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 367.96 g; W tym cukry: 83.19 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 6.65 g;	Wartość energetyczna: 1546.85 kcal; Białko ogółem: 71.39 g; Tłuszcz: 37.91 g; Kw. tł. nasy.: 15.80 g; Węglowodany ogółem: 240.01 g; W tym cukry: 67.28 g; Błonnik pok.: 19.70 g; Sól: 4.01 g;	Wartość energetyczna: 2195.98 kcal; Białko ogółem: 88.60 g; Tłuszcz: 57.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 343.64 g; W tym cukry: 89.47 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 2195.01 kcal; Białko ogółem: 88.57 g; Tłuszcz: 57.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 343.41 g; W tym cukry: 89.32 g; Błonnik pok.: 25.44 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 2114.70 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 48.68 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; Węglowodany ogółem: 343.35 g; W tym cukry: 89.24 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 1941.18 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 47.83 g; Kw. tł. nasy.: 12.95 g; Węglowodany ogółem: 312.71 g; W tym cukry: 51.37 g; Błonnik pok.: 44.04 g; Sól: 5.81 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-03-05 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II ŚN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Gołąbki jarskie bez zawijania 300 g (<u>JAJ, SEL,</u>) Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 250 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Risotto (ryż brazowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>) Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Banan 1szt. 1 szt				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Banan 1szt. 1 szt					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 2349.14 kcal; Białko ogółem: 77.53 g; Tłuszcz: 55.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 401.23 g; W tym cukry: 117.39 g; Błonnik pok.: 36.86 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 1872.83 kcal; Białko ogółem: 78.86 g; Tłuszcz: 40.08 g; Kw. tł. nasy.: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 311.56 g; W tym cukry: 116.60 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 3.19 g;	Wartość energetyczna: 2383.06 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz: 58.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 383.53 g; W tym cukry: 109.26 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2382.57 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 58.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 383.42 g; W tym cukry: 109.19 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2301.77 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 49.35 g; Kw. tł. nasy.: 14.27 g; Węglowodany ogółem: 383.25 g; W tym cukry: 109.04 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 2064.60 kcal; Białko ogółem: 80.42 g; Tłuszcz: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 309.84 g; W tym cukry: 55.88 g; Błonnik pok.: 51.15 g; Sól: 7.40 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-03-06 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Dżem 20 g Twarożek 40 g (MLE,) Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Dżem 20 g Twarożek 40 g (MLE,) Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Dżem 20 g Twarożek 40 g (MLE,) Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Dżem 20 g Twarożek 40 g (MLE,) Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (MLE,) Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 100 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 160 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Dyniowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (JAJ, MLE,) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
	PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 20 g (MLE,) Woda mineralna niegazowana 250 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 20 g (MLE,) Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 2252.51 kcal; Białko ogółem: 97.77 g; Tłuszcz: 57.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 353.59 g; W tym cukry: 109.05 g; Błonnik pok.: 35.42 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 1794.32 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 55.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 240.22 g; W tym cukry: 75.35 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 4.52 g;	Wartość energetyczna: 2335.41 kcal; Białko ogółem: 103.06 g; Tłuszcz: 60.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 361.05 g; W tym cukry: 112.67 g; Błonnik pok.: 33.32 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2292.02 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 55.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 358.05 g; W tym cukry: 110.63 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 2226.22 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 46.84 g; Kw. tł. nasy.: 10.88 g; Węglowodany ogółem: 362.13 g; W tym cukry: 114.33 g; Błonnik pok.: 33.31 g; Sól: 5.30 g;
		Wartość energetyczna: 2106.72 kcal; Białko ogółem: 106.74 g; Tłuszcz: 65.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 294.52 g; W tym cukry: 59.83 g; Błonnik pok.: 44.45 g; Sól: 6.42 g;				

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwopryswajalnych węglowodanów
2026-03-07 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 130 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 20 g (MLE)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem () 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Marchew gotowana z olejem () 50 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem () 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem () 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem () 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)
PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Woda mineralna niegazowana 250 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 2340.14 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; Węglowodany ogółem: 360.66 g; W tym cukry: 83.58 g; Błonnik pok.: 36.30 g; Sól: 9.50 g;	Wartość energetyczna: 1987.84 kcal; Białko ogółem: 74.41 g; Tłuszcz: 75.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 260.66 g; W tym cukry: 70.67 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 2333.65 kcal; Białko ogółem: 87.54 g; Tłuszcz: 66.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 360.92 g; W tym cukry: 92.89 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2333.16 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 66.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 360.81 g; W tym cukry: 92.82 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2252.36 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 360.63 g; W tym cukry: 92.67 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sól: 6.84 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2026-03-08 niedziela	Śniadanie	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)				Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Colesław 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Surówka Colesław 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN			Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z brokuła i pomidora 150 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 2296.30 kcal; Białko ogółem: 113.26 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 310.94 g; W tym cukry: 73.60 g; Błonnik pok.: 30.64 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 1894.84 kcal; Białko ogółem: 109.72 g; Tłuszcz: 74.76 g; Kw. tł. nasy.: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 209.00 g; W tym cukry: 51.66 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 2338.57 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 322.33 g; W tym cukry: 81.08 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2281.15 kcal; Białko ogółem: 113.41 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 321.29 g; W tym cukry: 80.68 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2200.35 kcal; Białko ogółem: 113.24 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kw. tł. nasy.: 15.06 g; Węglowodany ogółem: 321.11 g; W tym cukry: 80.53 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 7.00 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-03-09 poniedziałek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kalaflor gotowany* 60 g	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twaróg półtłusty 80 g (MLE,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kalaflor gotowany* 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kalaflor gotowany* 60 g		kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kalaflor gotowany* 60 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kalaflor gotowany* 60 g
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE,)				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE,)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto wegetariańskie* 300 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto wegetariańskie* 200 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Surówka z marchwi z olejem b/c () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto wegetariańskie* 300 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml			Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto wegetariańskie* 300 g (SOJ, SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Chrupki kukurydziane 20 g				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (SEL,) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
	PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt		Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL,) Woda mineralna niegazowana 250 ml
		Wartość energetyczna: 2165.20 kcal; Białko ogółem: 70.45 g; Tłuszcz: 67.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 337.49 g; W tym cukry: 92.54 g; Błonnik pok.: 37.91 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 1580.20 kcal; Białko ogółem: 69.59 g; Tłuszcz: 39.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.55 g; Węglowodany ogółem: 249.23 g; W tym cukry: 72.68 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 2236.85 kcal; Białko ogółem: 76.69 g; Tłuszcz: 69.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 342.47 g; W tym cukry: 94.16 g; Błonnik pok.: 34.12 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 2236.36 kcal; Białko ogółem: 76.67 g; Tłuszcz: 69.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 342.36 g; W tym cukry: 94.08 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2155.56 kcal; Białko ogółem: 76.50 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 11.50 g; Węglowodany ogółem: 342.19 g; W tym cukry: 93.93 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 2003.25 kcal; Białko ogółem: 72.18 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 15.43 g; Węglowodany ogółem: 302.29 g; W tym cukry: 59.51 g; Błonnik pok.: 47.13 g; Sól: 8.09 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
II ŚN		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
Obiad	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Surówka wielowarzynna z olejem () 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem () 160 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) ()* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Surówka wielowarzynna z olejem () 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
PD		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)				Gruszka 1szt. 150 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z pomidorów i koperku 150 g	Sałatka z pomidorów i koperku 150 g Woda mineralna niegazowana 250 ml		Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z pomidorów i koperku 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Woda mineralna niegazowana 250 ml
	Wartość energetyczna: 2250.46 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz: 78.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 316.42 g; W tym cukry: 65.51 g; Błonnik pok.: 29.09 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 1557.34 kcal; Białko ogółem: 87.53 g; Tłuszcz: 47.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 202.90 g; W tym cukry: 45.15 g; Błonnik pok.: 18.86 g; Sól: 3.97 g;	Wartość energetyczna: 2092.75 kcal; Białko ogółem: 93.21 g; Tłuszcz: 57.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 312.49 g; W tym cukry: 67.93 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2083.90 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; W tym cukry: 68.43 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 1988.23 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; Tłuszcz: 44.29 g; Kw. tł. nasy.: 11.33 g; Węglowodany ogółem: 312.10 g; W tym cukry: 67.85 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 1926.91 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 56.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.40 g; Węglowodany ogółem: 283.19 g; W tym cukry: 46.93 g; Błonnik pok.: 39.53 g; Sól: 7.52 g;

DIETETYK CENTRALNY

J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Ser topiony 30 g (MLE.) Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
II ŚN		Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (MLE, S02.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem* 160 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (MLE, S02.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
PD		Wafle ryżowe 30 g				Jabłko 1 szt 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (RYB.) Pomidor b/skórki 40 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna niegazowana 250 ml		Woda mineralna niegazowana 250 ml Banan 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.) Woda mineralna niegazowana 250 ml
	Wartość energetyczna: 2459.34 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 83.33 g; Kw. tł. nasy.: 33.17 g; Węglowodany ogółem: 356.12 g; W tym cukry: 97.71 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 1767.55 kcal; Białko ogółem: 74.29 g; Tłuszcz: 40.64 g; Kw. tł. nasy.: 15.00 g; Węglowodany ogółem: 285.39 g; W tym cukry: 63.83 g; Błonnik pok.: 21.90 g; Sól: 2.68 g;	Wartość energetyczna: 2391.12 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 62.20 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 376.49 g; W tym cukry: 96.99 g; Błonnik pok.: 28.55 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2390.14 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Tłuszcz: 62.20 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 376.27 g; W tym cukry: 96.83 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 4.14 g;	Wartość energetyczna: 2294.46 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 52.32 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 375.30 g; W tym cukry: 96.26 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sól: 4.16 g;	Wartość energetyczna: 2101.27 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 73.07 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 293.70 g; W tym cukry: 42.28 g; Błonnik pok.: 43.36 g; Sól: 8.25 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwopryswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z fasoli 80 g Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
II ŚN		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD		Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 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 Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Mandarynka 2 szt	Mandarynka 2 szt Woda mineralna niegazowana 250 ml	Woda mineralna niegazowana 250 ml Mandarynka 2 szt	Woda mineralna niegazowana 250 ml Mandarynka 2 szt		Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Woda mineralna niegazowana 250 ml
	Wartość energetyczna: 2431.44 kcal; Białko ogółem: 85.83 g; Tłuszcz: 70.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 382.43 g; W tym cukry: 85.44 g; Błonnik pok.: 40.73 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 1872.35 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 64.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 256.26 g; W tym cukry: 53.46 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 2289.09 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 343.20 g; W tym cukry: 78.59 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 6.64 g;	Wartość energetyczna: 2234.60 kcal; Białko ogółem: 86.65 g; Tłuszcz: 61.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.90 g; Węglowodany ogółem: 343.09 g; W tym cukry: 78.51 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 6.64 g;	Wartość energetyczna: 2153.80 kcal; Białko ogółem: 86.47 g; Tłuszcz: 52.26 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; Węglowodany ogółem: 342.91 g; W tym cukry: 78.36 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2164.89 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz: 66.27 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 327.85 g; W tym cukry: 39.98 g; Błonnik pok.: 49.13 g; Sól: 7.41 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-03-13 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 20 g Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Dżem 20 g Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Dżem 20 g Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Dżem 20 g Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 20 g Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II ŚN		Chrupki kukurydziane 20 g				Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 100 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku () 160 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Ogórek kiszony 60 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 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>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 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 Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Ogórek kiszony 60 g
	PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z cukinii, jabłkiem i pomidorami 150 g (<u>MLE,</u>)				
		Wartość energetyczna: 2371.74 kcal; Białko ogółem: 96.38 g; Tłuszcz: 67.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 356.92 g; W tym cukry: 95.01 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 1606.71 kcal; Białko ogółem: 84.81 g; Tłuszcz: 41.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.77 g; Węglowodany ogółem: 234.92 g; W tym cukry: 70.84 g; Błonnik pok.: 22.17 g; Sól: 3.48 g;	Wartość energetyczna: 2263.56 kcal; Białko ogółem: 103.41 g; Tłuszcz: 55.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 352.01 g; W tym cukry: 102.16 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 5.06 g;	Wartość energetyczna: 2211.65 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 48.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 352.53 g; W tym cukry: 101.24 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 4.65 g;	Wartość energetyczna: 2115.97 kcal; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 38.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.71 g; Węglowodany ogółem: 351.56 g; W tym cukry: 100.67 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 1949.39 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 61.73 g; Kw. tł. nasy.: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 275.17 g; W tym cukry: 44.70 g; Błonnik pok.: 41.08 g; Sól: 7.57 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwopryswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Kielbasa Śląska wieprzowa średnio rozdrobniona.wędzona.parzona w osłonke jadalnej 100 g (SOJ.) Musztarda 20 g (GOR.) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z brokuła * 80 g Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonke niejadalnej 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonke niejadalnej 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonke niejadalnej 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonke niejadalnej 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
II ŚN		Wafle ryżowe 30 g				Jabłko 150 g
Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 130 g (SEL.) Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 100 g Potrawka drobiowa () 80 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 130 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml			Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Potrawka drobiowa () 130 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z selera i marchwi () b/c 100 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD		Jabłko 1 szt 1 szt				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Hummus 80 g (SEJ.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Woda mineralna niegazowana 250 ml		Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Woda mineralna niegazowana 250 ml
	Wartość energetyczna: 2282.95 kcal; Białko ogółem: 59.86 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.67 g; Węglowodany ogółem: 347.91 g; W tym cukry: 84.10 g; Błonnik pok.: 34.96 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 1838.26 kcal; Białko ogółem: 59.89 g; Tłuszcz: 67.37 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 255.06 g; W tym cukry: 51.06 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 4.61 g;	Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 349.78 g; W tym cukry: 83.62 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2267.85 kcal; Białko ogółem: 79.44 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 349.56 g; W tym cukry: 83.46 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2187.05 kcal; Białko ogółem: 79.26 g; Tłuszcz: 58.16 g; Kw. tł. nasy.: 15.64 g; Węglowodany ogółem: 349.38 g; W tym cukry: 83.31 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 1954.04 kcal; Białko ogółem: 74.52 g; Tłuszcz: 55.90 g; Kw. tł. nasy.: 16.30 g; Węglowodany ogółem: 308.84 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 50.79 g; Sól: 7.50 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwopryswajalnych węglowodanów
2026-03-15 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (MLE.) Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Rukola 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (MLE.) Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (MLE.) Rukola 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II ŚN					Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 100 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z ryżu i warzyw 150 g (JAJ, MLE, GOR.)					Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna niegazowana 250 ml
	Wartość energetyczna: 2550.29 kcal; Białko ogółem: 90.28 g; Tłuszcz: 87.90 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 361.14 g; W tym cukry: 79.49 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 1955.70 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 62.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 267.51 g; W tym cukry: 68.35 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2437.67 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 71.59 g; Kw. tł. nasy.: 31.03 g; Węglowodany ogółem: 353.36 g; W tym cukry: 83.15 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2497.50 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 76.30 g; Kw. tł. nasy.: 31.03 g; Węglowodany ogółem: 362.38 g; W tym cukry: 92.52 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2401.83 kcal; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 361.41 g; W tym cukry: 91.94 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 1974.73 kcal; Białko ogółem: 100.69 g; Tłuszcz: 51.94 g; Kw. tł. nasy.: 18.21 g; Węglowodany ogółem: 294.14 g; W tym cukry: 57.37 g; Błonnik pok.: 38.11 g; Sól: 7.91 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 130 g (<u>RYB, MLE,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej 80 g (<u>RYB, MLE,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (<u>RYB, MLE,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (<u>RYB, MLE,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN						
Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 130 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Curry dyniowe z ciecierzycą * 130 g (<u>SEL,</u>) Surówka z marchwi () 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 130 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 130 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Surówka z marchwi () 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						
Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 100 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 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>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	
PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2119.10 kcal; Białko ogółem: 44.93 g; Tłuszcz: 56.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 375.57 g; W tym cukry: 67.23 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2201.38 kcal; Białko ogółem: 89.06 g; Tłuszcz: 61.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 339.37 g; W tym cukry: 87.95 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 1925.78 kcal; Białko ogółem: 65.25 g; Tłuszcz: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 320.15 g; W tym cukry: 78.85 g; Błonnik pok.: 38.28 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 1963.06 kcal; Białko ogółem: 67.81 g; Tłuszcz: 56.10 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 311.77 g; W tym cukry: 68.86 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 2093.68 kcal; Białko ogółem: 74.96 g; Tłuszcz: 54.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 343.26 g; W tym cukry: 93.69 g; Błonnik pok.: 34.33 g; Sól: 6.94 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
2026-03-03 wtorek	Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 100 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wleprzowych pieczony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						
	Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynam duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szyunka wieprzowa pieczona 140 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynam duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szyunka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynam duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szyunka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynam duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD						
	Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 100 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Galaretkę drobiową z udżcem z kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 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>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z kalafiora ,oliwy i koperku 150 g				Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z kalafiora ,oliwy i koperku 150 g
		Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2136.98 kcal; Białko ogółem: 53.51 g; Tłuszcz: 56.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 364.38 g; W tym cukry: 76.12 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 2425.36 kcal; Białko ogółem: 126.13 g; Tłuszcz: 67.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 335.15 g; W tym cukry: 68.57 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2153.65 kcal; Białko ogółem: 95.27 g; Tłuszcz: 63.54 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 310.43 g; W tym cukry: 57.30 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2209.71 kcal; Białko ogółem: 87.83 g; Tłuszcz: 61.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 331.21 g; W tym cukry: 62.62 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2376.72 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 64.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 350.19 g; W tym cukry: 71.39 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 3.80 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
2026-03-04 środa	Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 130 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 2 szt Jogurt brzoskwiowy 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						
	Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej - dieta (pieczone) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kalafior gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki oprószane () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet mielony drobiowy 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Cwikła z chrzanem b/c () 200 g (<u>MLE, S02</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki oprószane () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD						
Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 100 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Pasztet z ciecierzycy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 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>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	
PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Mandarynka 2 szt					Woda mineralna niegazowana 250 ml Mandarynka 2 szt
		Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2091.14 kcal; Białko ogółem: 58.41 g; Tłuszcz: 61.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 340.24 g; W tym cukry: 63.26 g; Błonnik pok.: 32.57 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2510.28 kcal; Białko ogółem: 120.66 g; Tłuszcz: 73.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 354.84 g; W tym cukry: 89.88 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2691.81 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 103.56 g; Kw. tł. nasy.: 38.94 g; Węglowodany ogółem: 350.54 g; W tym cukry: 69.63 g; Błonnik pok.: 32.83 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2233.71 kcal; Białko ogółem: 73.53 g; Tłuszcz: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 367.57 g; W tym cukry: 81.52 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2191.75 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 48.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 361.89 g; W tym cukry: 106.89 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 4.49 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
2026-03-05 czwartek	Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 130 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						
	Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 250 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Gołąbki jarskie bez zawijania 300 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD						
	Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 100 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Banan 1szt. 1 szt				Woda mineralna niegazowana 250 ml Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2369.91 kcal; Białko ogółem: 60.86 g; Tłuszcz: 61.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 407.49 g; W tym cukry: 85.89 g; Błonnik pok.: 31.52 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2517.46 kcal; Białko ogółem: 107.52 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 386.14 g; W tym cukry: 110.94 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2186.24 kcal; Białko ogółem: 74.48 g; Tłuszcz: 56.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 362.66 g; W tym cukry: 84.76 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2148.57 kcal; Białko ogółem: 87.14 g; Tłuszcz: 57.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 333.62 g; W tym cukry: 68.39 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2285.50 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz: 49.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 394.38 g; W tym cukry: 110.06 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 4.88 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
2026-03-06 piątek	Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 40 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						
	Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Dyniowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 140 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z ryby (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Miruna) pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD						
	Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 130 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 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>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	
	PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2328.49 kcal; Białko ogółem: 73.88 g; Tłuszcz: 66.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 376.48 g; W tym cukry: 106.72 g; Błonnik pok.: 40.81 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2548.07 kcal; Białko ogółem: 129.71 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 363.74 g; W tym cukry: 114.57 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2215.28 kcal; Białko ogółem: 69.99 g; Tłuszcz: 62.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; W tym cukry: 93.26 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 2192.45 kcal; Białko ogółem: 63.40 g; Tłuszcz: 56.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 374.50 g; W tym cukry: 107.48 g; Błonnik pok.: 34.21 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2335.41 kcal; Białko ogółem: 103.06 g; Tłuszcz: 60.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 361.05 g; W tym cukry: 112.67 g; Błonnik pok.: 33.32 g; Sól: 5.57 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
2026-03-07 sobota	Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 100 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						
	Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz warzywny dieta* 130 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD						
	Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 100 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem () 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	
	PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt				Woda mineralna niegazowana 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2194.90 kcal; Białko ogółem: 54.89 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 375.31 g; W tym cukry: 79.93 g; Błonnik pok.: 40.16 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2460.45 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 71.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 365.91 g; W tym cukry: 93.34 g; Błonnik pok.: 32.02 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2281.44 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 71.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.71 g; Węglowodany ogółem: 342.64 g; W tym cukry: 67.71 g; Błonnik pok.: 33.61 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2175.66 kcal; Białko ogółem: 79.67 g; Tłuszcz: 66.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 329.76 g; W tym cukry: 68.67 g; Błonnik pok.: 30.19 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2392.29 kcal; Białko ogółem: 91.73 g; Tłuszcz: 72.30 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 359.26 g; W tym cukry: 95.06 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sól: 4.32 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
2026-03-08 niedziela	Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem 40 g Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 130 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						
	Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z warzywami*- dieta BM 350 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD						
	Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 100 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 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>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	
	PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z brokułu i pomidora 150 g				Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z brokułu i pomidora 150 g
		Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2099.93 kcal; Białko ogółem: 58.84 g; Tłuszcz: 56.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 354.84 g; W tym cukry: 75.45 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 2436.75 kcal; Białko ogółem: 132.47 g; Tłuszcz: 73.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 327.22 g; W tym cukry: 82.77 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2233.26 kcal; Białko ogółem: 108.28 g; Tłuszcz: 68.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 309.38 g; W tym cukry: 75.36 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2060.13 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 49.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 326.59 g; W tym cukry: 75.68 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2260.39 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 67.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 313.37 g; W tym cukry: 78.44 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 5.43 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kalafior gotowany* 60 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 100 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kalafior gotowany* 60 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kalafior gotowany* 60 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kalafior gotowany* 60 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kalafior gotowany* 60 g
II ŚN						
Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SOJ, SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SOJ, SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SOJ, SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
PD						
Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 130 g (<u>SEL</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (<u>SEL</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	
PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2255.57 kcal; Białko ogółem: 60.58 g; Tłuszcz: 79.30 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 343.17 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 39.26 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2378.65 kcal; Białko ogółem: 87.06 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; W tym cukry: 95.31 g; Błonnik pok.: 35.15 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2006.89 kcal; Białko ogółem: 66.92 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 317.99 g; W tym cukry: 76.95 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2062.09 kcal; Białko ogółem: 68.26 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 320.82 g; W tym cukry: 75.87 g; Błonnik pok.: 32.45 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2236.85 kcal; Białko ogółem: 76.69 g; Tłuszcz: 69.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 342.47 g; W tym cukry: 94.16 g; Błonnik pok.: 34.12 g; Sól: 6.88 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Dżem 40 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 100 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN						
Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 140 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						
Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	
PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z pomidorów i koperku 150 g			Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z pomidorów i koperku 150 g	
	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2058.76 kcal; Białko ogółem: 67.14 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 329.34 g; W tym cukry: 65.42 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2254.44 kcal; Białko ogółem: 116.04 g; Tłuszcz: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 315.46 g; W tym cukry: 67.93 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2233.80 kcal; Białko ogółem: 79.68 g; Tłuszcz: 80.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 307.59 g; W tym cukry: 59.46 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2111.04 kcal; Białko ogółem: 70.53 g; Tłuszcz: 64.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 316.66 g; W tym cukry: 60.03 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2117.21 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 58.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 310.71 g; W tym cukry: 69.85 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 5.30 g;

DIETETYK CENTRALNY

J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
2026-03-11 środa	Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 130 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Ser topiony 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Jogurt brzoskwiowy 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						
	Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszanej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (<u>MLE, SO2,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD						
	Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB,</u>) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 130 g (<u>RYB,</u>) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SO2,</u>) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB,</u>) Pomidor b/skórki 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 20 g Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Banan 1szt. 1 szt				Woda mineralna niegazowana 250 ml Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2464.16 kcal; Białko ogółem: 71.15 g; Tłuszcz: 62.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.30 g; Węglowodany ogółem: 419.59 g; W tym cukry: 80.68 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2636.31 kcal; Białko ogółem: 120.51 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 393.03 g; W tym cukry: 99.33 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 4.44 g;	Wartość energetyczna: 2330.06 kcal; Białko ogółem: 81.46 g; Tłuszcz: 88.76 g; Kw. tł. nasy.: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 315.66 g; W tym cukry: 66.35 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2354.22 kcal; Białko ogółem: 76.85 g; Tłuszcz: 66.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.50 g; Węglowodany ogółem: 373.23 g; W tym cukry: 73.07 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 2353.36 kcal; Białko ogółem: 94.19 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 365.71 g; W tym cukry: 100.31 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sól: 5.00 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
2026-03-12 czwartek	Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 100 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z fasoli 80 g Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						
	Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z warzywami* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z warzywami* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD						
	Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 80 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Mandarynka 2 szt				Woda mineralna niegazowana 250 ml Mandarynka 2 szt
		Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2077.61 kcal; Białko ogółem: 58.40 g; Tłuszcz: 56.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 344.38 g; W tym cukry: 59.86 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2341.28 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.60 g; Węglowodany ogółem: 346.61 g; W tym cukry: 78.97 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2349.99 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz: 69.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 367.34 g; W tym cukry: 73.79 g; Błonnik pok.: 40.10 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 2158.60 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 317.89 g; W tym cukry: 57.71 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2093.66 kcal; Białko ogółem: 71.86 g; Tłuszcz: 53.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 339.64 g; W tym cukry: 77.53 g; Błonnik pok.: 23.33 g; Sól: 6.78 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
2026-03-13 piątek	Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Dżem 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Powidła śliwkowe 20 g Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						
	Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 140 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Miruna) pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet rybny (Miruna) pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD						
	Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 130 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Ogórek kiszony 60 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 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>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z cukinii, jabłkiem i pomidorami 150 g (<u>MLE</u>)				Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z cukinii, jabłkiem i pomidorami 150 g (<u>MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2200.59 kcal; Białko ogółem: 73.51 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 354.40 g; W tym cukry: 87.10 g; Błonnik pok.: 32.80 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 2475.96 kcal; Białko ogółem: 130.04 g; Tłuszcz: 65.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 354.65 g; W tym cukry: 104.05 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2050.06 kcal; Białko ogółem: 63.72 g; Tłuszcz: 55.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 336.51 g; W tym cukry: 83.10 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2064.24 kcal; Białko ogółem: 65.58 g; Tłuszcz: 49.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 352.41 g; W tym cukry: 91.46 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2263.56 kcal; Białko ogółem: 103.41 g; Tłuszcz: 55.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 352.01 g; W tym cukry: 102.16 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 5.06 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
2026-03-14 sobota	Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 100 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 100 g (<u>SOJ</u>) Musztarda 20 g (<u>GOR</u>) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN						
	Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 80 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 160 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 130 g (<u>SEL</u>) Surówka z selera i marchwi () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 130 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD						
	Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 75 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 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>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Polędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt					Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2251.18 kcal; Białko ogółem: 53.39 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 391.09 g; W tym cukry: 66.51 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2387.05 kcal; Białko ogółem: 89.39 g; Tłuszcz: 74.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 353.14 g; W tym cukry: 84.24 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2105.46 kcal; Białko ogółem: 57.32 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 316.52 g; W tym cukry: 62.57 g; Błonnik pok.: 29.14 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2152.85 kcal; Białko ogółem: 73.24 g; Tłuszcz: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 328.61 g; W tym cukry: 66.51 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2273.73 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 67.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; Węglowodany ogółem: 351.33 g; W tym cukry: 83.52 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sól: 6.55 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Papkowata	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Podstawowa ZOL	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dna moczanowa
Śniadanie	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 30 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 130 g (<u>MLE.</u>) Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Rukola 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Rukola 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN						
Obiad	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane * 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 140 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi ukraińskie * 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD						
Kolacja	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 100 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Sałata zielona 10 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>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z ryżu i warzyw 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>)				Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z ryżu i warzyw 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>)
	Wartość energetyczna: 1987.50 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 2.82 g;	Wartość energetyczna: 2423.69 kcal; Białko ogółem: 50.60 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 387.50 g; W tym cukry: 81.36 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2669.96 kcal; Białko ogółem: 132.56 g; Tłuszcz: 82.25 g; Kw. tł. nasy.: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 358.32 g; W tym cukry: 87.65 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2310.12 kcal; Białko ogółem: 86.30 g; Tłuszcz: 77.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 327.73 g; W tym cukry: 77.47 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2194.84 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 62.27 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 327.06 g; W tym cukry: 87.95 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2380.98 kcal; Białko ogółem: 76.23 g; Tłuszcz: 80.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 349.56 g; W tym cukry: 91.42 g; Błonnik pok.: 26.11 g; Sól: 5.45 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna
Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku/p 350 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (SEZ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (RYB, MLE,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Hummus 80 g (SEZ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)		
Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez glutenu) 130 g (SOJ, SEL,) Surówka z marchwi () 200 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 130 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 130 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,) Surówka z marchwi () 200 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Curry dyniowe z ciecierzycą * 130 g (SEL,) Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL,) Surówka z marchwi () 100 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Curry dyniowe z ciecierzycą * 130 g (SEL,) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD			Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,)		
Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL,) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Ser żółty 60 g (MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL,) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN		Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1999.30 kcal; Białko ogółem: 56.99 g; Tłuszcz: 57.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; Węglowodany ogółem: 322.93 g; W tym cukry: 88.89 g; Błonnik pok.: 37.61 g; Sól: 5.34 g;	Wartość energetyczna: 2006.42 kcal; Białko ogółem: 52.97 g; Tłuszcz: 52.38 g; Kw. tł. nasy.: 7.39 g; Węglowodany ogółem: 347.87 g; W tym cukry: 73.97 g; Błonnik pok.: 40.10 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 2227.76 kcal; Białko ogółem: 79.92 g; Tłuszcz: 59.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 360.72 g; W tym cukry: 101.73 g; Błonnik pok.: 34.33 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2346.22 kcal; Białko ogółem: 69.12 g; Tłuszcz: 84.01 g; Kw. tł. nasy.: 36.90 g; Węglowodany ogółem: 343.48 g; W tym cukry: 87.37 g; Błonnik pok.: 41.10 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2033.74 kcal; Białko ogółem: 53.65 g; Tłuszcz: 40.42 g; Kw. tł. nasy.: 5.58 g; Węglowodany ogółem: 388.86 g; W tym cukry: 76.41 g; Błonnik pok.: 58.14 g; Sól: 7.83 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna
Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Twaróg z ziołami 80 g (MLE) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 80 g (SEZ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)		
Obiad	Solferino (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml Dynia z wody 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (GLU PSZ, SEL) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (GLU PSZ, SEL) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Dżem 20 g		
Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Rukola 10 g Pomidor 60 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
PN			Woda mineralna niegazowana 250 ml Salatka z kalafiora ,oliwy i koperku 150 g		
	Wartość energetyczna: 2057.73 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 291.34 g; W tym cukry: 61.11 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 2064.15 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 46.92 g; Kw. tł. nasy.: 9.53 g; Węglowodany ogółem: 332.72 g; W tym cukry: 50.47 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2519.84 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz: 69.87 g; Kw. tł. nasy.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 370.61 g; W tym cukry: 81.47 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2109.79 kcal; Białko ogółem: 76.53 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 329.10 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2089.58 kcal; Białko ogółem: 53.25 g; Tłuszcz: 60.36 g; Kw. tł. nasy.: 8.23 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; W tym cukry: 50.23 g; Błonnik pok.: 32.15 g; Sól: 8.50 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna
Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN			Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml (MLE,)		
Obiad	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ,) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL,) Buraczki oprószone () (bez glutenu) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej - dieta (pieczone) 100 g (GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Kalańfort gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej . 100 g (GLU PSZ, GLU JĘCZ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Kalańfort gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
PD			Chrupki kukurydziane 20 g		
Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (SEL,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Mandarynka 2 szt				
	Wartość energetyczna: 1995.98 kcal; Białko ogółem: 75.01 g; Tłuszcz: 51.92 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 315.05 g; W tym cukry: 82.56 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sól: 3.91 g;	Wartość energetyczna: 1913.05 kcal; Białko ogółem: 68.23 g; Tłuszcz: 28.07 g; Kw. tł. nasy.: 6.33 g; Węglowodany ogółem: 362.61 g; W tym cukry: 89.03 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2397.88 kcal; Białko ogółem: 95.68 g; Tłuszcz: 58.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 386.39 g; W tym cukry: 108.52 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2135.52 kcal; Białko ogółem: 67.22 g; Tłuszcz: 57.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 349.58 g; W tym cukry: 80.47 g; Błonnik pok.: 36.10 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2033.09 kcal; Białko ogółem: 49.80 g; Tłuszcz: 43.31 g; Kw. tł. nasy.: 5.59 g; Węglowodany ogółem: 376.82 g; W tym cukry: 80.79 g; Błonnik pok.: 43.06 g; Sól: 6.16 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna
2026-03-05 czwartek	Śniadanie	Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)		
	Obiad	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Risotto wegetariańskie* 300 g (SEL) Surówka z marchwi i selera () 100 g (MLE, SEL) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Risotto wegetariańskie* 300 g (SEL) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ)		
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (SEL) Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ)
	PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Banan 1szt. 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2239.09 kcal; Białko ogółem: 77.26 g; Tłuszcz: 62.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 353.20 g; W tym cukry: 101.78 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 4.13 g;	Wartość energetyczna: 2169.11 kcal; Białko ogółem: 79.15 g; Tłuszcz: 38.90 g; Kw. tł. nasy.: 7.93 g; Węglowodany ogółem: 393.99 g; W tym cukry: 84.10 g; Błonnik pok.: 39.09 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2543.14 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz: 62.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 409.69 g; W tym cukry: 118.60 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2323.15 kcal; Białko ogółem: 72.70 g; Tłuszcz: 56.94 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 396.37 g; W tym cukry: 114.25 g; Błonnik pok.: 34.98 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2302.58 kcal; Białko ogółem: 61.68 g; Tłuszcz: 48.19 g; Kw. tł. nasy.: 6.42 g; Węglowodany ogółem: 427.44 g; W tym cukry: 86.90 g; Błonnik pok.: 45.59 g; Sól: 7.00 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna
2026-03-06 piątek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Dżem 20 g Twarożek 40 g (MLE) Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Dżem 20 g Twarożek 40 g (MLE) Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Dżem 20 g Twarożek 40 g (MLE) Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Sałata zielona 10 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ)		
	Obiad	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety z soczewicy () 100 g (GLU PSZ, JAJ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety z soczewicy () 100 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta warzywna* 80 g (SEL) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2205.80 kcal; Białko ogółem: 77.69 g; Tłuszcz: 69.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 328.82 g; W tym cukry: 100.12 g; Błonnik pok.: 37.53 g; Sól: 3.42 g;	Wartość energetyczna: 2070.31 kcal; Białko ogółem: 74.91 g; Tłuszcz: 43.10 g; Kw. tł. nasy.: 7.59 g; Węglowodany ogółem: 364.58 g; W tym cukry: 98.27 g; Błonnik pok.: 40.89 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2469.49 kcal; Białko ogółem: 108.02 g; Tłuszcz: 65.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 378.51 g; W tym cukry: 120.71 g; Błonnik pok.: 33.32 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2424.38 kcal; Białko ogółem: 77.12 g; Tłuszcz: 69.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 390.61 g; W tym cukry: 112.63 g; Błonnik pok.: 39.03 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2299.65 kcal; Białko ogółem: 52.43 g; Tłuszcz: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 6.90 g; Węglowodany ogółem: 415.22 g; W tym cukry: 106.75 g; Błonnik pok.: 50.91 g; Sól: 7.04 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna
Śniadanie	Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Hummus 80 g (<u>SEZ</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 80 g (<u>SEZ</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Hummus 60 g (<u>SEZ</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 80 g (<u>SEZ</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		
Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta (bez glutenu) 130 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 130 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 130 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE</u>)		
Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Marchew gotowana z olejem () 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Marchew gotowana z olejem () 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem () 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Marchew gotowana z olejem () 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Pomarańcza 1 szt. 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2477.75 kcal; Białko ogółem: 70.13 g; Tłuszcz: 91.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 350.10 g; W tym cukry: 86.03 g; Błonnik pok.: 33.17 g; Sól: 4.38 g;	Wartość energetyczna: 2387.79 kcal; Białko ogółem: 77.35 g; Tłuszcz: 68.42 g; Kw. tł. nasy.: 11.42 g; Węglowodany ogółem: 381.47 g; W tym cukry: 75.41 g; Błonnik pok.: 38.56 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2591.97 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; Tłuszcz: 72.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 407.56 g; W tym cukry: 116.69 g; Błonnik pok.: 32.52 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2299.78 kcal; Białko ogółem: 59.81 g; Tłuszcz: 74.78 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 360.96 g; W tym cukry: 88.02 g; Błonnik pok.: 36.80 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2298.22 kcal; Białko ogółem: 57.22 g; Tłuszcz: 61.50 g; Kw. tł. nasy.: 7.72 g; Węglowodany ogółem: 395.18 g; W tym cukry: 73.85 g; Błonnik pok.: 42.85 g; Sól: 8.92 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna
Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku/p 350 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE) Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Papryka świeża 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ)		
Obiad	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Bulion warzywny z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, MLE, GOR) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)		
Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 80 g (SEZ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 80 g (SEZ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ)
PN			Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z brokuła i pomidora 150 g		
	Wartość energetyczna: 2386.19 kcal; Białko ogółem: 105.45 g; Tłuszcz: 96.75 g; Kw. tł. nasy.: 40.66 g; Węglowodany ogółem: 283.15 g; W tym cukry: 60.31 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 4.60 g;	Wartość energetyczna: 2278.87 kcal; Białko ogółem: 90.00 g; Tłuszcz: 74.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.24 g; Węglowodany ogółem: 323.37 g; W tym cukry: 61.53 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2583.77 kcal; Białko ogółem: 128.05 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 353.83 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2123.54 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 67.00 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 313.03 g; W tym cukry: 74.55 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 6.91 g;	Wartość energetyczna: 1990.80 kcal; Białko ogółem: 55.00 g; Tłuszcz: 58.00 g; Kw. tł. nasy.: 7.46 g; Węglowodany ogółem: 325.20 g; W tym cukry: 50.62 g; Błonnik pok.: 34.21 g; Sól: 7.55 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna
2026-03-09 poniedziałek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kalaflor gotowany* 60 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kalaflor gotowany* 60 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kalaflor gotowany* 60 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kalaflor gotowany* 60 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kalaflor gotowany* 60 g
	II ŚN			Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml (MLE)		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Risotto wegetariańskie* 300 g (SOJ, SEL) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto wegetariańskie* 300 g (SOJ, SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Risotto wegetariańskie* 300 g (SOJ, SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Risotto wegetariańskie* 300 g (SOJ, SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto wegetariańskie* 300 g (SOJ, SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Chrupki kukurydziane 20 g		
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g (SEL) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta warzywna () 80 g (SEL) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ)
	PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2043.01 kcal; Białko ogółem: 57.38 g; Tłuszcz: 68.67 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 310.75 g; W tym cukry: 85.11 g; Błonnik pok.: 36.60 g; Sól: 4.13 g;	Wartość energetyczna: 1935.73 kcal; Białko ogółem: 62.90 g; Tłuszcz: 45.45 g; Kw. tł. nasy.: 6.89 g; Węglowodany ogółem: 337.09 g; W tym cukry: 74.18 g; Błonnik pok.: 38.09 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2438.75 kcal; Białko ogółem: 83.77 g; Tłuszcz: 70.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 385.22 g; W tym cukry: 113.21 g; Błonnik pok.: 35.67 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2080.93 kcal; Białko ogółem: 75.70 g; Tłuszcz: 54.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.13 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; W tym cukry: 92.44 g; Błonnik pok.: 33.99 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2080.63 kcal; Białko ogółem: 56.85 g; Tłuszcz: 46.61 g; Kw. tł. nasy.: 6.15 g; Węglowodany ogółem: 382.73 g; W tym cukry: 78.76 g; Błonnik pok.: 50.88 g; Sól: 7.14 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna
2026-03-10 wtorek	Śniadanie	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Hummus 60 g (SEZ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 80 g (SEZ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)		
	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 100 ml (MLE) Marchew oprószana z olejem () (bez glutenu) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) ()* 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (GLU PSZ) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (GLU PSZ, SEL) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE)		
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z pomidorów i koperku 150 g				
		Wartość energetyczna: 1967.90 kcal; Białko ogółem: 73.70 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 288.25 g; W tym cukry: 60.36 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 4.80 g;	Wartość energetyczna: 1860.99 kcal; Białko ogółem: 81.48 g; Tłuszcz: 37.42 g; Kw. tł. nasy.: 7.34 g; Węglowodany ogółem: 313.04 g; W tym cukry: 50.42 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2328.95 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.84 g; Węglowodany ogółem: 344.58 g; W tym cukry: 74.46 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2376.94 kcal; Białko ogółem: 71.69 g; Tłuszcz: 91.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 319.41 g; W tym cukry: 64.12 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2184.68 kcal; Białko ogółem: 60.07 g; Tłuszcz: 69.36 g; Kw. tł. nasy.: 8.53 g; Węglowodany ogółem: 344.53 g; W tym cukry: 52.85 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sól: 8.87 g;

DIETETYK CENTRALNY

J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna
Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN			Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		
Obiad	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL) Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem* 160 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD			Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.)		
Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Pomidor 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Ser topiony 60 g (MLE) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta warzywna () 60 g (SEL) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.)
PN			Woda mineralna niegazowana 250 ml Banan 1szt. 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2362.70 kcal; Białko ogółem: 81.90 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 357.18 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 28.64 g; Sól: 3.07 g;	Wartość energetyczna: 2153.21 kcal; Białko ogółem: 76.35 g; Tłuszcz: 45.46 g; Kw. tł. nasy.: 10.40 g; Węglowodany ogółem: 375.79 g; W tym cukry: 77.65 g; Błonnik pok.: 33.50 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2492.61 kcal; Białko ogółem: 92.80 g; Tłuszcz: 60.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 407.68 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 4.26 g;	Wartość energetyczna: 2261.58 kcal; Białko ogółem: 69.20 g; Tłuszcz: 70.20 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 353.82 g; W tym cukry: 94.69 g; Błonnik pok.: 32.33 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2133.51 kcal; Białko ogółem: 53.66 g; Tłuszcz: 41.54 g; Kw. tł. nasy.: 5.99 g; Węglowodany ogółem: 406.95 g; W tym cukry: 99.03 g; Błonnik pok.: 42.63 g; Sól: 6.93 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna
Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta z fasoli 80 g Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Połędwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta z fasoli 80 g Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Słupki z warzyw () 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)		
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym BG, z mięsa wieprzowego () 300 g (SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,)		
Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Szynekowa konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL,) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL,) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 60 g (SEL,) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
PN			Woda mineralna niegazowana 250 ml Mandarynka 2 szt		
	Wartość energetyczna: 2260.26 kcal; Białko ogółem: 68.31 g; Tłuszcz: 71.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.87 g; Węglowodany ogółem: 343.95 g; W tym cukry: 71.77 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 2254.05 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 51.77 g; Kw. tł. nasy.: 8.80 g; Węglowodany ogółem: 380.55 g; W tym cukry: 64.21 g; Błonnik pok.: 39.14 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 2509.56 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz: 77.62 g; Kw. tł. nasy.: 30.28 g; Węglowodany ogółem: 366.18 g; W tym cukry: 83.18 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2296.68 kcal; Białko ogółem: 68.00 g; Tłuszcz: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 385.76 g; W tym cukry: 85.58 g; Błonnik pok.: 43.20 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2108.77 kcal; Białko ogółem: 60.33 g; Tłuszcz: 42.87 g; Kw. tł. nasy.: 5.90 g; Węglowodany ogółem: 388.23 g; W tym cukry: 64.12 g; Błonnik pok.: 43.42 g; Sól: 6.62 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna
2026-03-13 piątek	Śniadanie	Platki kukurydziane na mleku/p 350 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Dżem 20 g Twarożek 40 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Dżem 20 g Twarożek 40 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Dżem 20 g Twarożek 40 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g		
	Obiad	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety z soczewicy () 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlety z soczewicy () 100 g (GLU PSZ,) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE,)		
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 60 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 60 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Ogórek kiszony 60 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (SEL,) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ogórek kiszony 60 g
	PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z cukinii, jabłkiem i pomidorami 150 g (MLE,)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z cukinii, jabłkiem i pomidorami (bez mleka) 150 g	Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z cukinii, jabłkiem i pomidorami 150 g (MLE,)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z cukinii, jabłkiem i pomidorami 150 g (MLE,)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z cukinii, jabłkiem i pomidorami (bez mleka) 150 g
		Wartość energetyczna: 2153.01 kcal; Białko ogółem: 78.93 g; Tłuszcz: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 320.70 g; W tym cukry: 90.89 g; Błonnik pok.: 31.91 g; Sól: 4.42 g;	Wartość energetyczna: 1951.91 kcal; Białko ogółem: 73.51 g; Tłuszcz: 36.51 g; Kw. tł. nasy.: 7.05 g; Węglowodany ogółem: 346.91 g; W tym cukry: 83.09 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2426.16 kcal; Białko ogółem: 107.99 g; Tłuszcz: 58.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.48 g; Węglowodany ogółem: 381.79 g; W tym cukry: 107.66 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 5.17 g;	Wartość energetyczna: 2358.38 kcal; Białko ogółem: 76.19 g; Tłuszcz: 68.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 373.17 g; W tym cukry: 96.35 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 2303.78 kcal; Białko ogółem: 60.89 g; Tłuszcz: 58.84 g; Kw. tł. nasy.: 6.66 g; Węglowodany ogółem: 397.91 g; W tym cukry: 69.26 g; Błonnik pok.: 43.83 g; Sól: 7.48 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

		LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna
2026-03-14 sobota	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 60 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Pasta z brokuła * 80 g Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Rzodkiewka 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN			Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ)		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () (bez glutenu) 130 g (SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 130 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 130 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Hummus 80 g (SEZ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 80 g (SEZ) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Półdewica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Hummus 60 g (SEZ) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (SEZ) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 60 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ)
	PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2254.67 kcal; Białko ogółem: 61.23 g; Tłuszcz: 80.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 325.37 g; W tym cukry: 72.55 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 2210.21 kcal; Białko ogółem: 69.57 g; Tłuszcz: 60.90 g; Kw. tł. nasy.: 9.01 g; Węglowodany ogółem: 358.84 g; W tym cukry: 65.94 g; Błonnik pok.: 32.47 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2413.90 kcal; Białko ogółem: 81.13 g; Tłuszcz: 69.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 380.09 g; W tym cukry: 102.01 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2293.55 kcal; Białko ogółem: 72.58 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 354.22 g; W tym cukry: 78.47 g; Błonnik pok.: 39.99 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2146.22 kcal; Białko ogółem: 63.49 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kw. tł. nasy.: 7.03 g; Węglowodany ogółem: 361.57 g; W tym cukry: 62.62 g; Błonnik pok.: 42.37 g; Sól: 8.07 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Specjalna	
2026-03-15 niedziela	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (MLE) Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Miód (25g) 2 szt Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (MLE) Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (MLE) Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml (MLE)			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pierogi ukraińskie * 200 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kotlety ziemniaczane (). 300 g (GLU PSZ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica z Majerankiem, wyrób drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL)			
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW) Pomidor 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Ser topiony 60 g (MLE) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ)
	PN	Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z ryżu i warzyw 150 g (JAJ, MLE, GOR)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z ryżu i warzyw (bez mleka) 150 g (JAJ, GOR)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z ryżu i warzyw 150 g (JAJ, MLE, GOR)	Woda mineralna niegazowana 250 ml Sałatka z ryżu i warzyw (bez mleka i jaj) 150 g (GOR)	
		Wartość energetyczna: 2212.09 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 64.28 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 327.07 g; W tym cukry: 71.46 g; Błonnik pok.: 27.42 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2168.54 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 37.91 g; Kw. tł. nasy.: 7.83 g; Węglowodany ogółem: 387.20 g; W tym cukry: 57.85 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sól: 8.98 g;	Wartość energetyczna: 2759.54 kcal; Białko ogółem: 118.61 g; Tłuszcz: 76.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 410.25 g; W tym cukry: 103.02 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2413.76 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz: 90.22 g; Kw. tł. nasy.: 11.17 g; Węglowodany ogółem: 337.14 g; W tym cukry: 80.31 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2247.09 kcal; Białko ogółem: 58.32 g; Tłuszcz: 46.29 g; Kw. tł. nasy.: 6.06 g; Węglowodany ogółem: 415.72 g; W tym cukry: 60.49 g; Błonnik pok.: 39.09 g; Sól: 7.28 g;

DIETETYK CENTRALNY
J. Pawłowska
Justyna Pawłowska

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,