Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-23 do dnia 2026-12-06 KUCHNIA SZCZYTNO

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-11-23 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (***SOJ, MLE.***) Ogórek kiszony 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (***SOJ, MLE.***) Pomidor 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (***SOJ, MLE.***) Ogórek kiszony 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (***SOJ, MLE.***) Pomidor b/skórki 50 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 25 g (***SOJ, MLE.***) Pomidor b/skórki 100 g
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 100 g
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Makaron 200 g (***GLU PSZ.***) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (***MLE.***) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Makaron 200 g (***GLU PSZ.***) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (***MLE.***) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ.***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE.***) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Makaron 200 g (***GLU PSZ.***) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (***MLE.***) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami* 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Makaron 150 g (***GLU PSZ.***) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (***MLE.***) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ.***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Serek śmietankowy naturalny 80 g (***MLE.***) Marchew gotowana z olejem* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (***JAJ.***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ.***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2060.60 kcal; Białko ogółem: 73.07 g; Tłuszcz: 60.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 328.30 g; W tym cukry: 64.86 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sód: 3131.09 mg;	Wartość energetyczna: 1950.95 kcal; Białko ogółem: 65.71 g; Tłuszcz: 56.11 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 310.80 g; W tym cukry: 67.95 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sód: 2550.10 mg;	Wartość energetyczna: 2148.09 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 67.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 340.53 g; W tym cukry: 66.71 g; Błonnik pok.: 48.80 g; Sód: 3521.17 mg;	Wartość energetyczna: 1972.53 kcal; Białko ogółem: 64.61 g; Tłuszcz: 53.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; W tym cukry: 67.09 g; Błonnik pok.: 18.52 g; Sód: 1951.75 mg;	Wartość energetyczna: 1483.37 kcal; Białko ogółem: 52.65 g; Tłuszcz: 41.39 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 231.84 g; W tym cukry: 78.44 g; Błonnik pok.: 14.70 g; Sód: 1295.78 mg;

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-11-24 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE.***) Rzodkiew biała - tarta 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE.***)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE.***) Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE.***)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE.***) Rzodkiew biała - tarta 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE.***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE.***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (***MLE.***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 150 ml
	II ŚN			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE.***)		Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Ryż na sypko 200 g Karczek pieczony 80 g (***GLU PSZ.***) Sos meksykański 70 g (***GLU PSZ.***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 70 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki gotowane drobno tarte z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 70 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 70 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Ryż na sypko 100 g Szynka wieprzowa gotowana 0,5 [Por] x 80 g Sos własny () 50 ml (***GLU PSZ, SEL.***) Buraczki gotowane drobno tarte z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.***)		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 100 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.***) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb ż-psz 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2020.74 kcal; Białko ogółem: 79.84 g; Tłuszcz: 66.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 298.75 g; W tym cukry: 55.76 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sód: 2612.20 mg;	Wartość energetyczna: 1955.08 kcal; Białko ogółem: 81.67 g; Tłuszcz: 49.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 311.59 g; W tym cukry: 69.90 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sód: 2459.24 mg;	Wartość energetyczna: 1981.65 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 62.62 g; Kw. tł. nasy.: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 293.79 g; W tym cukry: 41.56 g; Błonnik pok.: 43.36 g; Sód: 2635.74 mg;	Wartość energetyczna: 1936.47 kcal; Białko ogółem: 84.90 g; Tłuszcz: 36.69 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 330.30 g; W tym cukry: 66.28 g; Błonnik pok.: 19.03 g; Sód: 1988.75 mg;	Wartość energetyczna: 1325.36 kcal; Białko ogółem: 52.37 g; Tłuszcz: 34.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 217.22 g; W tym cukry: 67.25 g; Błonnik pok.: 13.98 g; Sód: 1143.45 mg;

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-11-25 środa	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Płatki kukurydziane 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Pasta z brokuła * 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Płatki kukurydziane 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Pasta z brokuła * 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Pasta z brokuła * 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Płatki kukurydziane 10 g Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ.***) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Szynka szkolna- wp. parzona 25 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Pasta z brokuła * 100 g
	II ŚN			Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE.***)		Kanapka z jajkiem i sałatą (bułka pszenna 25g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE.***)
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 70 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE.***) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 70 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE.***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02.***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 70 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE.***) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Pulpet drobiowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 70 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE.***) Marchew gotowana*. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Ziemniaki gotowane puree 100 g (***MLE.***) Pulpet drobiowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos pietruszkowy* 50 ml (***GLU PSZ, MLE.***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB.***) Ogórek kiszony 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB.***) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB.***) Ogórek kiszony 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB.***) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 40 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB.***) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z serem żółtym i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE.***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 1915.63 kcal; Białko ogółem: 77.51 g; Tłuszcz: 60.63 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 286.01 g; W tym cukry: 46.74 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sód: 4222.54 mg;	Wartość energetyczna: 1932.61 kcal; Białko ogółem: 79.18 g; Tłuszcz: 60.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 283.76 g; W tym cukry: 44.62 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sód: 3564.72 mg;	Wartość energetyczna: 2170.47 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 80.43 g; Kw. tł. nasy.: 35.04 g; Węglowodany ogółem: 307.24 g; W tym cukry: 37.19 g; Błonnik pok.: 42.68 g; Sód: 4421.06 mg;	Wartość energetyczna: 1854.07 kcal; Białko ogółem: 83.68 g; Tłuszcz: 45.28 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 292.13 g; W tym cukry: 41.37 g; Błonnik pok.: 20.50 g; Sód: 2782.03 mg;	Wartość energetyczna: 1465.25 kcal; Białko ogółem: 58.04 g; Tłuszcz: 51.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 203.65 g; W tym cukry: 45.43 g; Błonnik pok.: 18.33 g; Sód: 2028.80 mg;

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-11-26 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 40 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g
	II ŚN			Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (***MLE,***)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku 300 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona (bez oleju) * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 100 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (***MLE,***)		Koktajl truskawkowy* b/c 100 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałatka jarzynowa* 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Bukiet jarzyn gotowany* 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***)
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2148.68 kcal; Białko ogółem: 73.19 g; Tłuszcz: 62.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 353.35 g; W tym cukry: 66.22 g; Błonnik pok.: 37.99 g; Sód: 3530.10 mg;	Wartość energetyczna: 1955.53 kcal; Białko ogółem: 68.32 g; Tłuszcz: 59.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g; W tym cukry: 53.87 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sód: 2473.03 mg;	Wartość energetyczna: 2105.95 kcal; Białko ogółem: 85.48 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 305.89 g; W tym cukry: 48.37 g; Błonnik pok.: 43.20 g; Sód: 3346.32 mg;	Wartość energetyczna: 1884.28 kcal; Białko ogółem: 70.63 g; Tłuszcz: 44.19 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 314.48 g; W tym cukry: 50.24 g; Błonnik pok.: 19.69 g; Sód: 2033.26 mg;	Wartość energetyczna: 1390.23 kcal; Białko ogółem: 51.38 g; Tłuszcz: 44.88 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 204.38 g; W tym cukry: 60.11 g; Błonnik pok.: 16.42 g; Sód: 1225.27 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-23 do dnia 2026-12-06 KUCHNIA SZCZYTNO

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-11-27 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane + rodzynki 20 g (***GLU OW,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek śmietankowy naturalny 80 g (***MLE,***) Pomidor 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek śmietankowy naturalny 40 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlet z ryby (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 80 g (***RYB,***) Sos koperkowy * 70 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 80 g (***RYB,***) Sos koperkowy * 70 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 80 g (***RYB,***) Sos koperkowy * 70 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Marchew gotowana (bez oleju)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Paluszki rybne 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR,***) Ziemniaki gotowane puree 100 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Smoothie (jabłko, marchew, natka pietruszki) 150 g		Smoothie (jabłko, marchew, natka pietruszki) 150 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Ogórek kiszony 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pasta z buraka 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Ogórek kiszony 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Pasta z buraka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pasta z buraka 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z twarożkiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, pomidor 15g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2074.73 kcal; Białko ogółem: 68.26 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 325.76 g; W tym cukry: 84.22 g; Błonnik pok.: 27.73 g; Sód: 2854.45 mg;	Wartość energetyczna: 1932.38 kcal; Białko ogółem: 74.82 g; Tłuszcz: 54.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 299.29 g; W tym cukry: 81.35 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sód: 2575.13 mg;	Wartość energetyczna: 2032.88 kcal; Białko ogółem: 88.37 g; Tłuszcz: 77.28 g; Kw. tł. nasy.: 39.18 g; Węglowodany ogółem: 286.36 g; W tym cukry: 49.13 g; Błonnik pok.: 39.82 g; Sód: 3173.77 mg;	Wartość energetyczna: 1879.60 kcal; Białko ogółem: 78.55 g; Tłuszcz: 34.75 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 328.27 g; W tym cukry: 90.48 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sód: 2628.32 mg;	Wartość energetyczna: 1414.06 kcal; Białko ogółem: 49.42 g; Tłuszcz: 50.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 196.85 g; W tym cukry: 54.95 g; Błonnik pok.: 18.67 g; Sód: 1606.29 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-23 do dnia 2026-12-06 KUCHNIA SZCZYTNO

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-11-28 sobota	Śniadanie	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 100 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Pasta z brokuła * 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 25 g (***MLE,***) Pasta z brokuła * 100 g
	II ŚN			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Wafelki 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Chłopski garnek 300 g (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami* 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem brązowym * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami* 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami* 120 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Marchew gotowana (bez oleju)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 200 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 100 g (***MLE,***) Gulasz wieprzowy z warzywami* 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy * 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy * 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 1959.41 kcal; Białko ogółem: 60.49 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 295.28 g; W tym cukry: 80.05 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sód: 2536.37 mg;	Wartość energetyczna: 1842.06 kcal; Białko ogółem: 67.01 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 284.59 g; W tym cukry: 71.18 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sód: 3237.10 mg;	Wartość energetyczna: 1989.16 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz: 69.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 297.84 g; W tym cukry: 37.16 g; Błonnik pok.: 45.29 g; Sód: 2689.64 mg;	Wartość energetyczna: 1732.42 kcal; Białko ogółem: 70.61 g; Tłuszcz: 38.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 290.37 g; W tym cukry: 50.57 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sód: 2528.87 mg;	Wartość energetyczna: 1447.74 kcal; Białko ogółem: 50.98 g; Tłuszcz: 52.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 202.03 g; Błonnik pok.: 16.64 g; Sód: 1908.52 mg;

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-11-29 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata lodowa 10 g Pomidor b/skórki 90 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 25 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata lodowa 10 g Pomidor b/skórki 90 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos jarzynowy * 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Kalafior gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos jarzynowy * 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (***MLE, SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos jarzynowy * 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Marchew gotowana (bez oleju)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet drobiowy 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 50 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 100 g (***MLE,***) Kalafior gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 80 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 80 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 40 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2094.46 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 275.01 g; W tym cukry: 61.34 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sód: 3049.69 mg;	Wartość energetyczna: 2027.17 kcal; Białko ogółem: 89.95 g; Tłuszcz: 65.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 287.64 g; W tym cukry: 71.05 g; Błonnik pok.: 21.83 g; Sód: 2780.20 mg;	Wartość energetyczna: 2275.05 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 88.30 g; Kw. tł. nasy.: 41.11 g; Węglowodany ogółem: 303.14 g; W tym cukry: 73.73 g; Błonnik pok.: 39.53 g; Sód: 3362.61 mg;	Wartość energetyczna: 1940.03 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 307.87 g; W tym cukry: 71.47 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sód: 2243.08 mg;	Wartość energetyczna: 1366.47 kcal; Białko ogółem: 49.70 g; Tłuszcz: 36.97 g; Kw. tł. nasy.: 16.24 g; Węglowodany ogółem: 218.01 g; W tym cukry: 87.84 g; Błonnik pok.: 17.00 g; Sód: 1226.15 mg;

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-11-30 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Ogórek kiszony 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Ogórek kiszony 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (***SOJ, MLE,***) Pasta z buraka 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 40 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g
	II ŚN			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 100 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 70 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		Banan 1szt. 1 szt
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i rzodkwi 80 g (***MLE,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i rzodkwi 80 g (***MLE,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 1965.34 kcal; Białko ogółem: 62.40 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 312.41 g; W tym cukry: 70.41 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sód: 2817.88 mg;	Wartość energetyczna: 1946.64 kcal; Białko ogółem: 64.86 g; Tłuszcz: 53.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 318.46 g; W tym cukry: 71.72 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sód: 2019.54 mg;	Wartość energetyczna: 2201.13 kcal; Białko ogółem: 88.44 g; Tłuszcz: 85.81 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 305.03 g; W tym cukry: 23.54 g; Błonnik pok.: 43.43 g; Sód: 3221.25 mg;	Wartość energetyczna: 1850.36 kcal; Białko ogółem: 61.14 g; Tłuszcz: 34.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.44 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; W tym cukry: 71.57 g; Błonnik pok.: 18.90 g; Sód: 2022.37 mg;	Wartość energetyczna: 1462.19 kcal; Białko ogółem: 46.31 g; Tłuszcz: 35.97 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; Węglowodany ogółem: 255.47 g; W tym cukry: 97.00 g; Błonnik pok.: 16.31 g; Sód: 923.31 mg;

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-12-01 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki kukurydziane 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki kukurydziane 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (***SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (***SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki kukurydziane 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g (***SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Pomidor b/skórki 100 g
	II ŚN			Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 70 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 70 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 70 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 70 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino * 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 50 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, 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% 15 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (***RYB, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (***RYB, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (***RYB, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (***RYB, SEL,***) Marchew gotowana z olejem* 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 40 g (***RYB, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2245.54 kcal; Białko ogółem: 86.50 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 356.82 g; W tym cukry: 59.24 g; Błonnik pok.: 37.24 g; Sód: 2731.98 mg;	Wartość energetyczna: 2070.31 kcal; Białko ogółem: 80.89 g; Tłuszcz: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 331.42 g; W tym cukry: 52.99 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sód: 2934.24 mg;	Wartość energetyczna: 2404.18 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 75.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 361.85 g; W tym cukry: 49.37 g; Błonnik pok.: 49.55 g; Sód: 2914.71 mg;	Wartość energetyczna: 1891.93 kcal; Białko ogółem: 75.82 g; Tłuszcz: 40.79 g; Kw. tł. nasy.: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 323.05 g; W tym cukry: 51.36 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sód: 2359.31 mg;	Wartość energetyczna: 1497.01 kcal; Białko ogółem: 70.01 g; Tłuszcz: 43.48 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; Węglowodany ogółem: 217.58 g; W tym cukry: 49.12 g; Błonnik pok.: 19.35 g; Sód: 1453.09 mg;

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-12-02 środa	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Rzodkiew biała - tarta 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 25 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Pomidor b/skórki 100 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Eskalopka z kurczaka 80 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa z ryżem brązowym* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos jarzynowy * 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa * 200 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 100 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos jarzynowy * 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml		Sok wielowarzywny pasteryzowany 100 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 80 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 40 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 1877.10 kcal; Białko ogółem: 71.03 g; Tłuszcz: 61.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 279.43 g; W tym cukry: 57.18 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sód: 3371.89 mg;	Wartość energetyczna: 1845.72 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 48.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.86 g; Węglowodany ogółem: 288.80 g; W tym cukry: 60.84 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sód: 2954.18 mg;	Wartość energetyczna: 1739.40 kcal; Białko ogółem: 82.31 g; Tłuszcz: 48.54 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 280.80 g; W tym cukry: 51.09 g; Błonnik pok.: 39.32 g; Sód: 3455.61 mg;	Wartość energetyczna: 1892.60 kcal; Białko ogółem: 82.43 g; Tłuszcz: 32.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.64 g; Węglowodany ogółem: 330.37 g; W tym cukry: 86.27 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sód: 2165.02 mg;	Wartość energetyczna: 1365.95 kcal; Białko ogółem: 53.83 g; Tłuszcz: 30.57 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; Węglowodany ogółem: 228.08 g; W tym cukry: 87.78 g; Błonnik pok.: 17.08 g; Sód: 1524.28 mg;

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-12-03 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki owsiane + rodzynki 20 g (***GLU OW,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Hummus z ciecierzycy 80 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Hummus z ciecierzycy 80 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 300 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Pulpet wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Seler z pietruszką gotowany b/oleju () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 100 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (***MLE, GLU OW,***)		Jogurt naturalny 150 g (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 25 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2072.79 kcal; Białko ogółem: 61.98 g; Tłuszcz: 73.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 312.26 g; W tym cukry: 62.59 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sód: 2472.94 mg;	Wartość energetyczna: 1978.78 kcal; Białko ogółem: 71.95 g; Tłuszcz: 60.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 303.00 g; W tym cukry: 49.48 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sód: 3130.89 mg;	Wartość energetyczna: 2203.20 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 333.44 g; W tym cukry: 50.52 g; Błonnik pok.: 45.80 g; Sód: 2858.06 mg;	Wartość energetyczna: 2038.66 kcal; Białko ogółem: 84.00 g; Tłuszcz: 49.37 g; Kw. tł. nasy.: 18.30 g; Węglowodany ogółem: 330.29 g; W tym cukry: 49.77 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sód: 2711.34 mg;	Wartość energetyczna: 1432.82 kcal; Białko ogółem: 57.94 g; Tłuszcz: 46.81 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 204.18 g; W tym cukry: 55.06 g; Błonnik pok.: 16.51 g; Sód: 1787.82 mg;

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-12-04 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek na słodko 80 g (***MLE,***) Gruszka 1szt. 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek na słodko 80 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek na słodko 80 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Twarożek na słodko 40 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Gruszka 1szt. 150 g		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Obiad	Kalafiorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba smażona (Morszczuk) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos chrzanowy 70 ml (***GLU PSZ, MLE, S02,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Warzywa po grecku* (bez oleju) 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z makaronem * 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Paluszki rybne 50 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR,***) Ziemniaki gotowane 100 g Warzywa po grecku* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (***MLE,***)		Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2040.00 kcal; Białko ogółem: 84.61 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 299.20 g; W tym cukry: 71.63 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sód: 2218.88 mg;	Wartość energetyczna: 1952.20 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 55.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 298.68 g; W tym cukry: 70.95 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sód: 2384.26 mg;	Wartość energetyczna: 2049.97 kcal; Białko ogółem: 96.84 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 305.70 g; W tym cukry: 58.81 g; Błonnik pok.: 40.65 g; Sód: 2405.94 mg;	Wartość energetyczna: 1850.91 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 35.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.01 g; Węglowodany ogółem: 316.37 g; W tym cukry: 64.63 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sód: 2342.39 mg;	Wartość energetyczna: 1457.99 kcal; Białko ogółem: 55.17 g; Tłuszcz: 42.90 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; Węglowodany ogółem: 220.91 g; W tym cukry: 83.74 g; Błonnik pok.: 16.65 g; Sód: 1292.96 mg;

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-12-05 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (***MLE, SEL.***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (***MLE, SEL.***)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Pasztet z fasoli* 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.***) Marchew gotowana z olejem* 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE.***) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 100 g (***MLE, SEL.***)
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ.***) Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g (***GLU PSZ, MLE, SEL.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL.***) Potrawka drobiowa 120 g (***GLU PSZ, SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL.***) Potrawka drobiowa 120 g (***GLU PSZ, SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL.***) Potrawka drobiowa 120 g (***GLU PSZ, SEL.***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE.***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 200 ml (***MLE, SEL.***) Potrawka drobiowa 80 g (***GLU PSZ, SEL.***) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (***GLU JĘCZ.***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (***MLE.***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 90 g (***SOJ.***) Ketchup 10 g (***SEL.***) Ogórek kiszony 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło extra 82% 15 g (***MLE.***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.***) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ.***) Masło extra 82% 10 g (***MLE.***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 25 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.***) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE.***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2128.14 kcal; Białko ogółem: 70.23 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 316.89 g; W tym cukry: 50.35 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sód: 3832.24 mg;	Wartość energetyczna: 1852.02 kcal; Białko ogółem: 61.64 g; Tłuszcz: 47.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 313.15 g; W tym cukry: 52.41 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sód: 2739.84 mg;	Wartość energetyczna: 2087.06 kcal; Białko ogółem: 75.39 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 332.66 g; W tym cukry: 51.80 g; Błonnik pok.: 47.68 g; Sód: 3939.87 mg;	Wartość energetyczna: 1663.30 kcal; Białko ogółem: 62.74 g; Tłuszcz: 32.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.10 g; Węglowodany ogółem: 297.23 g; W tym cukry: 57.70 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sód: 2730.61 mg;	Wartość energetyczna: 1411.66 kcal; Białko ogółem: 48.01 g; Tłuszcz: 37.22 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 231.58 g; W tym cukry: 71.94 g; Błonnik pok.: 18.48 g; Sód: 1357.97 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-23 do dnia 2026-12-06 KUCHNIA SZCZYTNO

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-12-06 niedziela	Śniadanie	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 25 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Kotlet schabowy 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 200 g (***MLE,***) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew gotowana*. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane puree 150 g (***MLE,***) Schab pieczony w rękawie 50 g Sos własny () 50 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Smoothie (jabłko,natka pietruszki, cytryna) 150 ml		Smoothie (jabłko,natka pietruszki, cytryna) 150 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 25 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2003.22 kcal; Białko ogółem: 78.26 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 293.03 g; W tym cukry: 68.33 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sód: 2691.38 mg;	Wartość energetyczna: 1858.09 kcal; Białko ogółem: 79.45 g; Tłuszcz: 52.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 278.79 g; W tym cukry: 66.40 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sód: 2761.85 mg;	Wartość energetyczna: 1911.00 kcal; Białko ogółem: 91.71 g; Tłuszcz: 58.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 287.15 g; W tym cukry: 43.39 g; Błonnik pok.: 40.44 g; Sód: 2971.43 mg;	Wartość energetyczna: 1754.55 kcal; Białko ogółem: 81.24 g; Tłuszcz: 35.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 290.61 g; W tym cukry: 53.60 g; Błonnik pok.: 19.64 g; Sód: 2405.91 mg;	Wartość energetyczna: 1371.33 kcal; Białko ogółem: 54.76 g; Tłuszcz: 38.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.43 g; Węglowodany ogółem: 208.53 g; W tym cukry: 66.92 g; Błonnik pok.: 19.11 g; Sód: 1331.22 mg;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ – Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO – Skorupiaki i pochodne,
JAJ – Jaja i pochodne,
RYB – Ryby i pochodne,
OZI – Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ – Soja i pochodne,
MLE – Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ – Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,pistacje,migdały,
SEL – Seler i pochodne,
GOR – Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ – Nasiona sezamu i pochodne,
S02 – Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB – Łubin i produkty pochodne,
MCK – Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK – Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT – Zboża zawierajace gluten żytni,
GLU OW – Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ – Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna – Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem – Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz – Tłuszcz,
Węglowodany ogółem – Węglowodany ogółem,
Sód – Sód,
Sól – Sól,
Potas – Potas,
Kw. tł. nasy. – Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. – Błonnik pokarmowy,
Ener z B. – % energii z białka,
Ener. z T. – % energii z tłuszczu,
Ener z W. – % energii z węglowodanów,
W tym cukry – w tym cukry,
WW – WW,