

		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
2026-07-06 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 świeży 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 świeży 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	Zupa wiosenna z cukinią i 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	Ryżowa* 400 ml (MLE, 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	Zupa wiosenna z cukinią i 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.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 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: 2068.60 kcal; Białko ogółem: 73.07 g; Tłuszcz: 60.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 330.54 g; W tym cukry: 67.00 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sód: 2443.80 mg;	Wartość energetyczna: 1939.64 kcal; Białko ogółem: 65.51 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; W tym cukry: 66.40 g; Błonnik pok.: 21.01 g; Sód: 2547.89 mg;	Wartość energetyczna: 2156.09 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 67.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 342.77 g; W tym cukry: 54.99 g; Błonnik pok.: 49.01 g; Sód: 2833.88 mg;	Wartość energetyczna: 1999.81 kcal; Białko ogółem: 65.36 g; Tłuszcz: 58.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 315.07 g; W tym cukry: 61.87 g; Błonnik pok.: 15.24 g; Sód: 2107.16 mg;	Wartość energetyczna: 1477.72 kcal; Białko ogółem: 52.55 g; Tłuszcz: 41.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 230.83 g; W tym cukry: 77.66 g; Błonnik pok.: 14.34 g; Sód: 1294.67 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
2026-07-07 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała - tarta 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>).	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>).	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała - tarta 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 150 ml
	II ŚN			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Karczek pieczony 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos meksykański 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 100 g Szynka wieprzowa gotowana 0,5 [Por] x 80 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 100 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) 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 (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>)	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: 1934.83 kcal; Białko ogółem: 81.67 g; Tłuszcz: 47.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 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: 1305.11 kcal; Białko ogółem: 52.37 g; Tłuszcz: 32.15 g; Kw. tł. nasy.: 16.40 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	
2026-07-08 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pasta z brokuła * 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.) 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, SOJ.) 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	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.) 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		Arbuz 150 g		Jabłko pieczone 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.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ogórek świeży 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.) Paszтет 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.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ogórek świeży 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет 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.) Paszтет 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: 1940.96 kcal; Białko ogółem: 78.03 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 292.83 g; W tym cukry: 51.20 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sód: 3578.31 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: 44.31 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sód: 3564.72 mg;	Wartość energetyczna: 2228.80 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 80.28 g; Kw. tł. nasy.: 35.00 g; Węglowodany ogółem: 321.11 g; W tym cukry: 49.90 g; Błonnik pok.: 42.68 g; Sód: 3776.83 mg;	Wartość energetyczna: 1858.70 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 48.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.25 g; Węglowodany ogółem: 286.23 g; W tym cukry: 40.75 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sód: 3080.00 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: 45.28 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
2026-07-09 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) Serek homo.o smaku naturalnym 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) Serek homo.o smaku naturalnym 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) Serek homo.o smaku naturalnym 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) Serek homo.o smaku naturalnym 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) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g (MLE) Pomidor b/skórki 100 g
	II ŚN			Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (MLE)		Banan 100 g
	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 z olejem* 100 g (SEL)	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 z olejem* 100 g (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 z olejem* 100 g (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.) Sałatka jarzynowa z olejem* 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 z olejem* 100 g (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: 2155.66 kcal; Białko ogółem: 71.43 g; Tłuszcz: 63.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 354.46 g; W tym cukry: 64.35 g; Błonnik pok.: 38.15 g; Sód: 3376.65 mg;	Wartość energetyczna: 2029.87 kcal; Białko ogółem: 66.47 g; Tłuszcz: 67.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 304.41 g; W tym cukry: 50.60 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sód: 2402.00 mg;	Wartość energetyczna: 2180.29 kcal; Białko ogółem: 83.63 g; Tłuszcz: 83.16 g; Kw. tł. nasy.: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 307.48 g; W tym cukry: 45.10 g; Błonnik pok.: 43.14 g; Sód: 3275.30 mg;	Wartość energetyczna: 1974.16 kcal; Białko ogółem: 69.23 g; Tłuszcz: 52.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.00 g; Węglowodany ogółem: 318.45 g; W tym cukry: 47.00 g; Błonnik pok.: 18.61 g; Sód: 1947.96 mg;	Wartość energetyczna: 1496.91 kcal; Białko ogółem: 50.65 g; Tłuszcz: 53.65 g; Kw. tł. nasy.: 17.73 g; Węglowodany ogółem: 211.68 g; W tym cukry: 62.89 g; Błonnik pok.: 15.06 g; Sód: 1180.02 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
2026-07-10 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-pszenno 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-pszenno 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)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 50 g (RYB), Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE), 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-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 15 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Ogórek świeży 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), Cwikła z jabłkiem b/c 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Ogórek świeży 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 10 g (MLE), Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ), może zawierać: MLE, SEL, GOR. Cwikła z jabłkiem b/c 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 1 szt (JAJ), Cwikła z jabłkiem b/c 100 g
PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE),	Wafle ryżowe 20 g		
	Wartość energetyczna: 2028.08 kcal; Białko ogółem: 63.62 g; Tłuszcz: 61.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 326.47 g; W tym cukry: 85.51 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sód: 2059.95 mg;	Wartość energetyczna: 1876.15 kcal; Białko ogółem: 70.04 g; Tłuszcz: 50.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 297.44 g; W tym cukry: 80.96 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sód: 2268.38 mg;	Wartość energetyczna: 1986.23 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 38.05 g; Węglowodany ogółem: 287.07 g; W tym cukry: 50.42 g; Błonnik pok.: 39.98 g; Sód: 2379.26 mg;	Wartość energetyczna: 1862.10 kcal; Białko ogółem: 77.93 g; Tłuszcz: 34.70 g; Kw. tł. nasy.: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 323.82 g; W tym cukry: 88.56 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sód: 2378.81 mg;	Wartość energetyczna: 1376.20 kcal; Białko ogółem: 55.72 g; Tłuszcz: 47.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 188.45 g; W tym cukry: 54.71 g; Błonnik pok.: 14.40 g; Sód: 1217.23 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
2026-07-11 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.) Pasta z brokuła * 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.) 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.) Paszтет z soczewicy* 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałatka wiosenna 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.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 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.) Paszтет z soczewicy* 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałatka wiosenna 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 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: 1973.87 kcal; Białko ogółem: 60.67 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 295.06 g; W tym cukry: 79.42 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sód: 2585.59 mg;	Wartość energetyczna: 1927.73 kcal; Białko ogółem: 67.11 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 287.17 g; W tym cukry: 73.67 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sód: 3283.68 mg;	Wartość energetyczna: 2003.62 kcal; Białko ogółem: 81.80 g; Tłuszcz: 70.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 297.62 g; W tym cukry: 36.54 g; Błonnik pok.: 45.41 g; Sód: 2738.85 mg;	Wartość energetyczna: 1840.58 kcal; Białko ogółem: 72.02 g; Tłuszcz: 50.37 g; Kw. tł. nasy.: 16.66 g; Węglowodany ogółem: 289.56 g; W tym cukry: 51.03 g; Błonnik pok.: 21.09 g; Sód: 2870.19 mg;	Wartość energetyczna: 1534.22 kcal; Białko ogółem: 51.10 g; Tłuszcz: 61.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 204.80 g; W tym cukry: 64.44 g; Błonnik pok.: 16.65 g; Sód: 1955.45 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
2026-07-12 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Sałata lodowa 10 g Pomidor b/skórki 90 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Sałata lodowa 10 g Pomidor b/skórki 90 g
	II ŚN			Arbuz 150 g		Arbuz 150 g
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Kalafiór gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana (bez oleju)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 100 g (<u>MLE</u>) Kalafiór 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>)	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: 61.03 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: 61.41 g; Błonnik pok.: 21.83 g; Sód: 2780.20 mg;	Wartość energetyczna: 2308.05 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 88.00 g; Kw. tł. nasy.: 41.05 g; Węglowodany ogółem: 310.19 g; W tym cukry: 81.67 g; Błonnik pok.: 37.43 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: 61.83 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sód: 2243.08 mg;	Wartość energetyczna: 1399.47 kcal; Białko ogółem: 50.90 g; Tłuszcz: 36.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 225.06 g; W tym cukry: 91.26 g; Błonnik pok.: 14.90 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
2026-07-13 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Pomarańcza 1 szt. 1 szt
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sypko 200 g Jabłka prażone b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Jabłka prażone b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Jabłka prażone b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 100 g Jabłka prażone b/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 70 g (<u>MLE</u>) 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 (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Banan 100 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>)	Wafle ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 1986.49 kcal; Białko ogółem: 63.00 g; Tłuszcz: 61.17 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 317.69 g; W tym cukry: 75.18 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sód: 1988.76 mg;	Wartość energetyczna: 1944.64 kcal; Białko ogółem: 64.84 g; Tłuszcz: 53.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 317.98 g; W tym cukry: 71.33 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sód: 2019.46 mg;	Wartość energetyczna: 2209.13 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 85.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 308.63 g; W tym cukry: 31.98 g; Błonnik pok.: 43.64 g; Sód: 2560.46 mg;	Wartość energetyczna: 1821.29 kcal; Białko ogółem: 60.24 g; Tłuszcz: 34.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; Węglowodany ogółem: 329.49 g; W tym cukry: 66.90 g; Błonnik pok.: 17.86 g; Sód: 1745.15 mg;	Wartość energetyczna: 1395.56 kcal; Białko ogółem: 45.14 g; Tłuszcz: 34.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 237.70 g; W tym cukry: 90.59 g; Błonnik pok.: 19.31 g; Sód: 869.76 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
2026-07-14 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 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 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 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 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), Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) 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), Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) 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), Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) 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), Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Pomidor b/skórki 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), Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 40 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) 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: 2289.06 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 354.46 g; W tym cukry: 64.92 g; Błonnik pok.: 37.37 g; Sód: 3057.02 mg;	Wartość energetyczna: 2110.12 kcal; Białko ogółem: 89.95 g; Tłuszcz: 56.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 328.09 g; W tym cukry: 58.12 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sód: 3250.06 mg;	Wartość energetyczna: 2447.70 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 359.49 g; W tym cukry: 55.05 g; Błonnik pok.: 49.68 g; Sód: 3239.75 mg;	Wartość energetyczna: 1898.94 kcal; Białko ogółem: 84.56 g; Tłuszcz: 41.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 314.36 g; W tym cukry: 48.32 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sód: 2557.02 mg;	Wartość energetyczna: 1516.92 kcal; Białko ogółem: 74.69 g; Tłuszcz: 44.01 g; Kw. tł. nasy.: 17.27 g; Węglowodany ogółem: 216.59 g; W tym cukry: 54.83 g; Błonnik pok.: 19.21 g; Sód: 1624.25 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	
2026-07-15 środa	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) Poledwica 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 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) Poledwica 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) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) 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) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 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) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 100 g
		II ŚN		Arbuz 150 g		Arbuz 150 g
	Obiad	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE) Eskalopka z kurczaka 80 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sałata zielona z kefirem 100 g (MLE) 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.) Sałata zielona z kefirem 100 g (MLE) 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.) Sałata zielona z kefirem 100 g (MLE) 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.) Dymia duszona z marchewką * 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.) Sałata zielona z kefirem 100 g (MLE) 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) Arbuz 150 g	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) Arbuz 150 g	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) Arbuz 150 g	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 150 g	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 150 g
		PN	Wafle ryżowe 20 g	Kanapka z twarożkiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 1900.33 kcal; Białko ogółem: 73.87 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 289.65 g; W tym cukry: 73.50 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sód: 2807.98 mg;	Wartość energetyczna: 1828.67 kcal; Białko ogółem: 81.26 g; Tłuszcz: 45.47 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 288.41 g; W tym cukry: 72.54 g; Błonnik pok.: 18.44 g; Sód: 2985.93 mg;	Wartość energetyczna: 1795.64 kcal; Białko ogółem: 86.05 g; Tłuszcz: 45.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 296.71 g; W tym cukry: 64.86 g; Błonnik pok.: 35.76 g; Sód: 2865.20 mg;	Wartość energetyczna: 1891.96 kcal; Białko ogółem: 83.19 g; Tłuszcz: 32.23 g; Kw. tł. nasy.: 15.09 g; Węglowodany ogółem: 330.29 g; W tym cukry: 86.69 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sód: 2148.22 mg;	Wartość energetyczna: 1229.90 kcal; Białko ogółem: 54.17 g; Tłuszcz: 27.80 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 198.84 g; W tym cukry: 72.63 g; Błonnik pok.: 12.48 g; Sód: 1557.03 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
2026-07-16 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.) Paszтет z ciecierzycy* 80 g (GLU PSZ, JAJ.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.) 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.) Paszтет z ciecierzycy* 80 g (GLU PSZ, JAJ.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 100 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatkami 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 wp * (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 wp * (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.) Sos boloński z mięsa wp * (dieta). 150 g (GLU PSZ, SEL.) 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 wp * (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.)		Maślanka 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.) Blok drobiowy- wędłina 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- wędłina 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- wędłina 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- wędłina 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- wędłina 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: 2192.46 kcal; Białko ogółem: 66.39 g; Tłuszcz: 80.64 g; Kw. tł. nasy.: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 324.83 g; W tym cukry: 63.67 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sód: 2506.94 mg;	Wartość energetyczna: 1972.78 kcal; Białko ogółem: 71.18 g; Tłuszcz: 60.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 302.99 g; W tym cukry: 49.17 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sód: 3128.59 mg;	Wartość energetyczna: 2316.87 kcal; Białko ogółem: 89.13 g; Tłuszcz: 81.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 345.99 g; W tym cukry: 51.60 g; Błonnik pok.: 49.21 g; Sód: 2889.77 mg;	Wartość energetyczna: 1939.01 kcal; Białko ogółem: 73.44 g; Tłuszcz: 44.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; Węglowodany ogółem: 326.71 g; W tym cukry: 51.86 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sód: 2561.00 mg;	Wartość energetyczna: 1369.32 kcal; Białko ogółem: 55.87 g; Tłuszcz: 44.15 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 195.87 g; W tym cukry: 50.71 g; Błonnik pok.: 15.51 g; Sód: 1780.79 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
2026-07-17 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek na słodko 80 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek na słodko 80 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek na słodko 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek na słodko 40 g (<u>MLE</u>) Arbuz 150 g
	II ŚN			Arbuz 150 g		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Obiad	Kalafiorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba smażona (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos chrzanowy 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SOJ.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Warzywa po grecku* (bez oleju) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Paluszki rybne 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR.</u>) Ziemniaki gotowane 100 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE</u>)		Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Wafle ryżowe 20 g		
	Wartość energetyczna: 2006.77 kcal; Białko ogółem: 80.91 g; Tłuszcz: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 301.34 g; W tym cukry: 78.74 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sód: 2112.12 mg;	Wartość energetyczna: 1930.97 kcal; Białko ogółem: 78.05 g; Tłuszcz: 51.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 304.27 g; W tym cukry: 78.36 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sód: 2277.51 mg;	Wartość energetyczna: 1926.75 kcal; Białko ogółem: 86.83 g; Tłuszcz: 60.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 298.54 g; W tym cukry: 59.62 g; Błonnik pok.: 38.38 g; Sód: 2204.68 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: 64.32 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sód: 2342.39 mg;	Wartość energetyczna: 1436.76 kcal; Białko ogółem: 51.77 g; Tłuszcz: 39.29 g; Kw. tł. nasy.: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 226.50 g; W tym cukry: 91.15 g; Błonnik pok.: 14.53 g; Sód: 1186.20 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
2026-07-18 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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% 15 g (<u>MLE</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta b/mleka 150 g (<u>SEL</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta b/mleka 150 g (<u>SEL</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z fasoli* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w ostonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta b/mleka 100 g (<u>SEL</u>)
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 100 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Potrawka drobiowa 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Potrawka drobiowa 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Potrawka drobiowa 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Sałatka z buraczków i jabłka (bez oleju) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 200 ml (<u>MLE, SEL</u>) Potrawka drobiowa 80 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ</u>) 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 (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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% 15 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz. parz w ostonce niejadalnej) 90 g (<u>SOJ</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Ogórek świeży 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) 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 (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 25 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) 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 (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Wafle ryżowe 20 g		
		Wartość energetyczna: 2237.94 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz: 85.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 318.44 g; W tym cukry: 58.30 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sód: 3085.30 mg;	Wartość energetyczna: 1949.02 kcal; Białko ogółem: 61.64 g; Tłuszcz: 58.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 312.50 g; W tym cukry: 57.86 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sód: 2680.59 mg;	Wartość energetyczna: 2095.06 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 336.26 g; W tym cukry: 52.14 g; Błonnik pok.: 47.56 g; Sód: 3279.08 mg;	Wartość energetyczna: 1608.97 kcal; Białko ogółem: 62.91 g; Tłuszcz: 29.56 g; Kw. tł. nasy.: 13.90 g; Węglowodany ogółem: 288.61 g; W tym cukry: 50.33 g; Błonnik pok.: 21.01 g; Sód: 2443.21 mg;	Wartość energetyczna: 1451.32 kcal; Białko ogółem: 47.91 g; Tłuszcz: 44.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.33 g; Węglowodany ogółem: 225.55 g; W tym cukry: 72.82 g; Błonnik pok.: 17.48 g; Sód: 1326.30 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	
2026-07-19 niedziela	Śniadanie	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 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.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.) 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 (GLUPSZ, SOJ, MLE.) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g
		II ŚN		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE.) Kotlet schabowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Mizeria 150 g (MLE.) 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.) Mizeria 150 g (MLE.) 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: 1955.25 kcal; Białko ogółem: 75.82 g; Tłuszcz: 61.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 293.66 g; W tym cukry: 71.71 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sód: 2705.47 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: 66.09 g; Błonnik pok.: 17.32 g; Sód: 2761.85 mg;	Wartość energetyczna: 1773.03 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; Tłuszcz: 52.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 278.48 g; W tym cukry: 40.47 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sód: 2891.02 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: 53.29 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: 66.76 g; Błonnik pok.: 15.00 g; Sód: 1331.22 mg;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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