

		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
2026-10-12 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 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>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Ogórek świeży 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 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>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) 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>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</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 dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 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>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 25 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>)
	II ŚN			Jabłko 150 g		Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ</u>)
	Obiad	Brokułowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Brokułowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (<u>MLE</u>) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem* 200 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 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>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</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>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</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>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</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>) Serek homo. naturalny 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>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 1928.85 kcal; Białko ogółem: 75.32 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 314.68 g; W tym cukry: 67.84 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sód: 2328.38 mg;	Wartość energetyczna: 2006.62 kcal; Białko ogółem: 75.79 g; Tłuszcz: 54.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 319.25 g; W tym cukry: 69.08 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sód: 2551.30 mg;	Wartość energetyczna: 2019.62 kcal; Białko ogółem: 86.89 g; Tłuszcz: 57.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; Węglowodany ogółem: 325.81 g; W tym cukry: 56.15 g; Błonnik pok.: 44.19 g; Sód: 2719.14 mg;	Wartość energetyczna: 1925.04 kcal; Białko ogółem: 71.81 g; Tłuszcz: 41.39 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 329.55 g; W tym cukry: 69.81 g; Błonnik pok.: 18.82 g; Sód: 1619.44 mg;	Wartość energetyczna: 1568.63 kcal; Białko ogółem: 59.01 g; Tłuszcz: 42.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 254.90 g; W tym cukry: 65.78 g; Błonnik pok.: 15.85 g; Sód: 1238.72 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
2026-10-13 wtorek	Śniadanie	Jogurt brzoskwinowy 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 100 g	Jogurt brzoskwinowy 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>) 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	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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml
	II SN			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Koktajl truskawkowy* 150 ml (<u>MLE</u>)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dynia duszona z marchewką* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dynia duszona z marchewką* (bez oleju) 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 100 g (<u>MLE</u>) Klopsik wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Dynia duszona z marchewką* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z/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>) Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Banan 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>) Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Banan 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>) Serek ziarnisty naturalny 80 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>) Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Banan 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>) Serek ziarnisty naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Banan 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb ż-psz 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2002.68 kcal; Białko ogółem: 72.66 g; Tłuszcz: 62.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 310.17 g; W tym cukry: 93.77 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sód: 2290.57 mg;	Wartość energetyczna: 2085.09 kcal; Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz: 61.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 326.00 g; W tym cukry: 98.99 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sód: 2451.22 mg;	Wartość energetyczna: 1889.32 kcal; Białko ogółem: 79.77 g; Tłuszcz: 67.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 274.59 g; W tym cukry: 40.43 g; Błonnik pok.: 37.54 g; Sód: 2300.30 mg;	Wartość energetyczna: 1977.90 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz: 43.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.12 g; Węglowodany ogółem: 333.18 g; W tym cukry: 79.03 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sód: 2477.95 mg;	Wartość energetyczna: 1510.44 kcal; Białko ogółem: 52.30 g; Tłuszcz: 45.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 232.23 g; W tym cukry: 96.39 g; Błonnik pok.: 16.17 g; Sód: 1153.62 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
2026-10-14 środa	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Płatki kukurydziane 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Płatki kukurydziane 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta warzywna* 100 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>)	Herbata czarna granulowana b/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>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Płatki kukurydziane 10 g Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 25 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>)
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Zupa z soczewicą i warzywami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kotlet mielony drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Kalafior gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Kalafior gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa z soczewicą i warzywami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Kalafior gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Seler z pietruszką gotowany b/oleju () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 100 g (<u>MLE</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kalafior gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>)		Wafle ryżowe 20 g Dżem 25 g 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>) Rzodkiew biała - tarta 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>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE</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>) Ser żółty 50 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>) Twarożek z ziołami 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>) Twarożek z ziołami 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 zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2276.80 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 85.65 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 317.52 g; W tym cukry: 52.77 g; Błonnik pok.: 34.40 g; Sód: 3282.28 mg;	Wartość energetyczna: 1811.15 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 278.52 g; W tym cukry: 53.77 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sód: 2963.79 mg;	Wartość energetyczna: 2327.58 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 83.38 g; Kw. tł. nasy.: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 339.51 g; W tym cukry: 45.23 g; Błonnik pok.: 51.26 g; Sód: 3712.00 mg;	Wartość energetyczna: 1765.14 kcal; Białko ogółem: 75.28 g; Tłuszcz: 38.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 295.25 g; W tym cukry: 44.53 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sód: 2542.28 mg;	Wartość energetyczna: 1366.95 kcal; Białko ogółem: 50.20 g; Tłuszcz: 39.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.37 g; Węglowodany ogółem: 214.58 g; W tym cukry: 63.88 g; Błonnik pok.: 19.00 g; Sód: 1457.13 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
2026-10-15 czwartek	Śniadanie	Jogurt owoce leśne 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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g	Jogurt owoce leśne 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 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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 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 natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g
	II SN			Maślanka naturalna 0,33l 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Zieminiaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Leczo z cukini z kielbasą * 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, może zawierać: SEL,</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zieminiaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 120 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zieminiaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 120 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zieminiaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 120 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * (bez oleju) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zieminiaczana * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 150 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 80 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Kasza manna z jabłkiem prażonym b/c 200 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)		Kasza manna z jabłkiem prażonym b/c 150 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	Kolacja	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>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 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>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 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>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanaпка z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)		Wafle ryżowe 20 g
		Wartość energetyczna: 2233.96 kcal; Białko ogółem: 62.30 g; Tłuszcz: 82.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 334.68 g; W tym cukry: 87.83 g; Błonnik pok.: 29.53 g; Sód: 3321.00 mg;	Wartość energetyczna: 2085.57 kcal; Białko ogółem: 65.54 g; Tłuszcz: 66.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 325.27 g; W tym cukry: 81.53 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sód: 2780.32 mg;	Wartość energetyczna: 2258.53 kcal; Białko ogółem: 90.29 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 332.50 g; W tym cukry: 68.74 g; Błonnik pok.: 44.73 g; Sód: 2978.21 mg;	Wartość energetyczna: 1983.79 kcal; Białko ogółem: 71.12 g; Tłuszcz: 50.46 g; Kw. tł. nasy.: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 324.71 g; W tym cukry: 59.73 g; Błonnik pok.: 20.01 g; Sód: 2337.82 mg;	Wartość energetyczna: 1628.47 kcal; Białko ogółem: 55.94 g; Tłuszcz: 54.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 238.48 g; W tym cukry: 77.50 g; Błonnik pok.: 15.36 g; Sód: 1588.82 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
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Płatki owsiane + rodzynki 20 g (<u>GLU OW.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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 topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 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>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 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>) Serek śmietankowy naturalny 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>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g
	II SN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Siedź z cebulką w oleju 150 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* (bez oleju) 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane puree 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g		Chrupki kukurydziane 20 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 jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Cwikla z jabłkiem b/c 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 jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Cwikla z jabłkiem b/c 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Cwikla z jabłkiem b/c 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z twarożkiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2217.98 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 94.81 g; Kw. tł. nasy.: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 288.41 g; W tym cukry: 66.75 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sód: 3597.25 mg;	Wartość energetyczna: 2007.99 kcal; Białko ogółem: 80.60 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 35.40 g; Węglowodany ogółem: 276.51 g; W tym cukry: 56.67 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sód: 2599.59 mg;	Wartość energetyczna: 2099.26 kcal; Białko ogółem: 89.39 g; Tłuszcz: 81.48 g; Kw. tł. nasy.: 39.29 g; Węglowodany ogółem: 292.51 g; W tym cukry: 57.09 g; Błonnik pok.: 43.43 g; Sód: 2545.39 mg;	Wartość energetyczna: 1895.62 kcal; Białko ogółem: 81.65 g; Tłuszcz: 54.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.15 g; Węglowodany ogółem: 283.05 g; W tym cukry: 47.72 g; Błonnik pok.: 18.81 g; Sód: 2431.49 mg;	Wartość energetyczna: 1413.28 kcal; Białko ogółem: 54.48 g; Tłuszcz: 45.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 206.75 g; W tym cukry: 56.28 g; Błonnik pok.: 18.27 g; Sód: 1254.40 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
2026-10-17 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 królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Pomidor 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 królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (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) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (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) 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 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 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			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)		Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki po francusku z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ) Buraczki po francusku z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 200 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR)		Banan 1/2 szt. 1 Por
	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) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 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) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Brokuł gotowany* 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 Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) 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) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ) Brokuł gotowany* 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanaпка z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)		Wafle ryżowe 20 g
		Wartość energetyczna: 2111.88 kcal; Białko ogółem: 74.97 g; Tłuszcz: 67.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 328.00 g; W tym cukry: 73.43 g; Błonnik pok.: 34.40 g; Sód: 2995.81 mg;	Wartość energetyczna: 1930.52 kcal; Białko ogółem: 68.16 g; Tłuszcz: 56.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 307.35 g; W tym cukry: 72.85 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sód: 3052.42 mg;	Wartość energetyczna: 2125.37 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 313.19 g; W tym cukry: 32.38 g; Błonnik pok.: 44.71 g; Sód: 3334.24 mg;	Wartość energetyczna: 1781.94 kcal; Białko ogółem: 69.99 g; Tłuszcz: 40.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.13 g; Węglowodany ogółem: 301.12 g; W tym cukry: 57.32 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sód: 2614.29 mg;	Wartość energetyczna: 1589.38 kcal; Białko ogółem: 56.11 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 232.31 g; W tym cukry: 79.92 g; Błonnik pok.: 18.58 g; Sód: 1542.29 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
2026-10-18 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>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 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>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 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 i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 100 g
	II SN			Jabłko 150 g		Jabłko 100 g
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 80 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i 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 80 g (<u>MLE</u>) Brokuł 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 gotowany z/k z/s 80 g (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i 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 80 g (<u>MLE</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>) Ziemniaki gotowane puree 100 g (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 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>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> .) Ogórek świeży 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>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, 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>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</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>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</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>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> .) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u> .)		Wafle ryżowe 20 g
		Wartość energetyczna: 1981.95 kcal; Białko ogółem: 79.51 g; Tłuszcz: 68.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; W tym cukry: 68.18 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sód: 2504.01 mg;	Wartość energetyczna: 1951.49 kcal; Białko ogółem: 80.74 g; Tłuszcz: 65.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 276.14 g; W tym cukry: 61.89 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sód: 2704.62 mg;	Wartość energetyczna: 2042.42 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 74.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 287.85 g; W tym cukry: 48.83 g; Błonnik pok.: 40.13 g; Sód: 2799.23 mg;	Wartość energetyczna: 1849.68 kcal; Białko ogółem: 73.88 g; Tłuszcz: 47.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 296.07 g; W tym cukry: 62.32 g; Błonnik pok.: 20.80 g; Sód: 2046.00 mg;	Wartość energetyczna: 1299.08 kcal; Białko ogółem: 51.32 g; Tłuszcz: 41.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 190.06 g; W tym cukry: 46.74 g; Błonnik pok.: 14.40 g; Sód: 1310.55 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
2026-10-19 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt brzoskwiowy 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* 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Ogórek świeży 100 g	Jogurt brzoskwiowy 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>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) 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>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</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>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>)	Jogurt brzoskwiowy 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>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL</u>)
	II SN			Śliwka szt 1 szt		Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Klopsik drobiowy z udźca 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka 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 Jabłka prażone b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana (bez oleju)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 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>) Serek ziarnisty naturalny 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>) Serek ziarnisty naturalny 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>) Serek ziarnisty naturalny 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>) Serek ziarnisty naturalny 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>) Serek ziarnisty naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanaпка z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		Wafle ryżowe 20 g
		Wartość energetyczna: 2229.19 kcal; Białko ogółem: 76.04 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 348.06 g; W tym cukry: 89.84 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sód: 2265.63 mg;	Wartość energetyczna: 2193.34 kcal; Białko ogółem: 71.30 g; Tłuszcz: 65.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 348.93 g; W tym cukry: 89.08 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sód: 2863.12 mg;	Wartość energetyczna: 1996.71 kcal; Białko ogółem: 80.45 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 308.32 g; W tym cukry: 41.70 g; Błonnik pok.: 42.57 g; Sód: 3033.46 mg;	Wartość energetyczna: 1907.49 kcal; Białko ogółem: 59.71 g; Tłuszcz: 39.97 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 344.27 g; W tym cukry: 72.82 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sód: 2293.24 mg;	Wartość energetyczna: 1712.62 kcal; Białko ogółem: 49.76 g; Tłuszcz: 47.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 285.13 g; W tym cukry: 119.21 g; Błonnik pok.: 22.48 g; Sód: 1372.96 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
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Płatki kukurydziane 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała - tarta 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Płatki kukurydziane 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Płatki kukurydziane 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 100 g
	II ŚN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym* dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi z serem* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z truskawek* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g			Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2001.01 kcal; Białko ogółem: 76.50 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 298.33 g; W tym cukry: 61.43 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sód: 2947.19 mg;	Wartość energetyczna: 1828.20 kcal; Białko ogółem: 76.55 g; Tłuszcz: 49.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 282.55 g; W tym cukry: 67.15 g; Błonnik pok.: 20.53 g; Sód: 2788.80 mg;	Wartość energetyczna: 1861.20 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 57.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 273.80 g; W tym cukry: 30.53 g; Błonnik pok.: 40.15 g; Sód: 3022.19 mg;	Wartość energetyczna: 1789.01 kcal; Białko ogółem: 73.23 g; Tłuszcz: 44.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.90 g; Węglowodany ogółem: 285.18 g; W tym cukry: 56.03 g; Błonnik pok.: 17.59 g; Sód: 2352.64 mg;	Wartość energetyczna: 1630.02 kcal; Białko ogółem: 73.32 g; Tłuszcz: 43.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 242.30 g; W tym cukry: 67.73 g; Błonnik pok.: 13.53 g; Sód: 1112.73 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
2026-10-21 środa	Śniadanie	Jogurt owoce leśne 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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt owoce leśne 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>) 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>) Jabłko 1 szt 1 szt	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 owoce leśne 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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II śni			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</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>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana (bez oleju)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Słupki papryki 100 g Dip ziołowy 30 g (<u>MLE</u>)		Banan 1/2 szt. 1 Por
	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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek świeży 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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Seler z pietruszka gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g (<u>RYB, 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>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Seler z pietruszka gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</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>) 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 twarogiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2146.15 kcal; Białko ogółem: 76.66 g; Tłuszcz: 62.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 343.64 g; W tym cukry: 85.63 g; Błonnik pok.: 31.94 g; Sód: 2398.43 mg;	Wartość energetyczna: 2145.23 kcal; Białko ogółem: 75.89 g; Tłuszcz: 55.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 357.67 g; W tym cukry: 86.81 g; Błonnik pok.: 33.61 g; Sód: 2374.61 mg;	Wartość energetyczna: 2215.57 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 343.79 g; W tym cukry: 53.59 g; Błonnik pok.: 44.17 g; Sód: 3434.58 mg;	Wartość energetyczna: 1911.00 kcal; Białko ogółem: 78.84 g; Tłuszcz: 38.90 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 328.41 g; W tym cukry: 64.08 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sód: 2357.12 mg;	Wartość energetyczna: 1484.37 kcal; Białko ogółem: 50.10 g; Tłuszcz: 38.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 252.54 g; W tym cukry: 96.90 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sód: 1307.53 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
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Płatki owsiane + rodzynki 20 g (<u>GLU OW.</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>) Pasta z fasoli 80 g Pomidor 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>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 100 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>) Pasta z fasoli 80 g 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>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk 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>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 25 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 100 g
	II SN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 100 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp* (dieta). 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp* (dieta). 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp* (dieta). 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)		Maślanka 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>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c 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>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c 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>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c 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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Buraczki gotowane 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>) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2233.77 kcal; Białko ogółem: 78.27 g; Tłuszcz: 65.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 361.00 g; W tym cukry: 65.38 g; Błonnik pok.: 38.45 g; Sód: 2568.66 mg;	Wartość energetyczna: 1937.13 kcal; Białko ogółem: 70.43 g; Tłuszcz: 56.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 299.06 g; W tym cukry: 52.44 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sód: 2702.59 mg;	Wartość energetyczna: 2298.81 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 72.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 363.02 g; W tym cukry: 65.33 g; Błonnik pok.: 54.29 g; Sód: 3045.63 mg;	Wartość energetyczna: 1896.13 kcal; Białko ogółem: 73.44 g; Tłuszcz: 44.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.52 g; Węglowodany ogółem: 314.99 g; W tym cukry: 50.01 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sód: 2254.39 mg;	Wartość energetyczna: 1341.24 kcal; Białko ogółem: 53.43 g; Tłuszcz: 40.17 g; Kw. tł. nasy.: 17.00 g; Węglowodany ogółem: 196.59 g; W tym cukry: 56.14 g; Błonnik pok.: 16.53 g; Sód: 1331.97 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
2026-10-23 piątek	Śniadanie	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>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> ,) Salata lodowa 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 80 g (<u>MLE</u> ,) Salata lodowa 10 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 40 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)		Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ.</u>)
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEĆZ.</u>) Ryba smażona (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u> ,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEĆZ.</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u> ,) Warzywa po grecku * (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEĆZ.</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos chrzanowy 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE, S02</u> ,) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u> ,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEĆZ.</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u> ,) Warzywa po grecku * (bez cukru) (bez oleju) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 200 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEĆZ.</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki gotowane puree 100 g (<u>MLE</u> ,) Warzywa po grecku * (bez cukru) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 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</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u> ,) Ogórek świeży 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 jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u> ,) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u> ,) Ogórek świeży 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 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</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g (<u>JAJ, MLE</u> ,) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z twarogiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2053.53 kcal; Białko ogółem: 74.43 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 305.59 g; W tym cukry: 86.00 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sód: 2466.14 mg;	Wartość energetyczna: 1976.65 kcal; Białko ogółem: 72.85 g; Tłuszcz: 55.41 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 314.72 g; W tym cukry: 91.00 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sód: 2351.77 mg;	Wartość energetyczna: 1861.87 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Tłuszcz: 66.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 264.40 g; W tym cukry: 23.67 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sód: 2562.22 mg;	Wartość energetyczna: 1776.41 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 35.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 294.34 g; W tym cukry: 47.51 g; Błonnik pok.: 18.83 g; Sód: 1757.74 mg;	Wartość energetyczna: 1376.89 kcal; Białko ogółem: 49.73 g; Tłuszcz: 39.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 223.86 g; W tym cukry: 81.57 g; Błonnik pok.: 15.93 g; Sód: 1110.36 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
2026-10-24 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>) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz.parz w osłonce niejadalnej) 90 g (<u>SOJ.</u>) Musztarda 10 g (<u>GOR.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 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>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna* 100 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>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 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>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u>)	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>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL.</u>)
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 100 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane (bez oleju) 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 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>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ.</u>) Ogórek świeży 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Salata zielona 10 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</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>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Cukinia pieczona (bez oleju)* 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 25 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Wafle ryżowe 20 g
		Wartość energetyczna: 2267.34 kcal; Białko ogółem: 70.25 g; Tłuszcz: 86.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 324.81 g; W tym cukry: 65.79 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sód: 3301.33 mg;	Wartość energetyczna: 1915.56 kcal; Białko ogółem: 62.77 g; Tłuszcz: 56.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.37 g; Węglowodany ogółem: 306.64 g; W tym cukry: 58.06 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sód: 3220.32 mg;	Wartość energetyczna: 2150.94 kcal; Białko ogółem: 78.19 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 326.99 g; W tym cukry: 49.21 g; Błonnik pok.: 48.72 g; Sód: 4186.32 mg;	Wartość energetyczna: 1831.50 kcal; Białko ogółem: 65.37 g; Tłuszcz: 38.45 g; Kw. tł. nasy.: 14.65 g; Węglowodany ogółem: 320.48 g; W tym cukry: 54.44 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sód: 2766.08 mg;	Wartość energetyczna: 1461.20 kcal; Białko ogółem: 46.09 g; Tłuszcz: 42.67 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 231.91 g; W tym cukry: 75.50 g; Błonnik pok.: 17.59 g; Sód: 1600.49 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
2026-10-25 niedziela	Śniadanie	Jogurt owoce leśne 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>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Pomidor 100 g	Jogurt owoce leśne 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt owoce leśne 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g (<u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 100 g
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos pieczeniowy 70 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Sos pieczeniowy 70 ml (<u>GLU PSZ</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana.* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 150 g (<u>MLE</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Salatka z kalafiora ,oliwy i koperku 100 g		Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 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>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a la homogenizowany 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 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>) Serek a la homogenizowany 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, MLE</u>)	Wafle ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 1862.35 kcal; Białko ogółem: 79.13 g; Tłuszcz: 49.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 294.56 g; W tym cukry: 87.97 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sód: 2269.41 mg;	Wartość energetyczna: 1894.12 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz: 49.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 300.82 g; W tym cukry: 86.98 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sód: 2590.40 mg;	Wartość energetyczna: 1892.75 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 60.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 282.48 g; W tym cukry: 49.26 g; Błonnik pok.: 40.03 g; Sód: 2817.98 mg;	Wartość energetyczna: 1799.45 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz: 33.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 311.39 g; W tym cukry: 67.77 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sód: 2188.55 mg;	Wartość energetyczna: 1505.67 kcal; Białko ogółem: 64.85 g; Tłuszcz: 45.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 218.59 g; W tym cukry: 70.78 g; Błonnik pok.: 16.66 g; Sód: 1319.37 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,