		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-11-23 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajecznica na parze (z 2 jajek) kl M 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt jagodowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajecznica na parze (z 2 jajek) kl M 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt jagodowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajecznica na parze (z 2 jajek) kl M 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajecznica na parze (z 2 jajek) kl M 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt jagodowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)
	Obiad	Krem z dyni z grzankami* 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Naleśniki z serem* 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z truskawek* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krem z dyni z grzankami* 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 250 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z truskawek* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krem z dyni z grzankami* 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 250 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z truskawek* b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Krem z dyni z grzankami* 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 250 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z truskawek* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2487.42 kcal; Białko ogółem: 98.52 g; Tłuszcz: 57.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 411.76 g; W tym cukry: 101.10 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sód: 4458.63 mg;	Wartość energetyczna: 2509.49 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 61.41 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 394.59 g; W tym cukry: 80.68 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sód: 3303.27 mg;	Wartość energetyczna: 2263.90 kcal; Białko ogółem: 110.09 g; Tłuszcz: 61.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 343.93 g; W tym cukry: 66.13 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sód: 4221.96 mg;	Wartość energetyczna: 2634.49 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Tłuszcz: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 417.44 g; W tym cukry: 99.33 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sód: 3346.27 mg;

		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-11-24 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek Fromage 50 g (***GLU PSZ, MLE,***) Dżem 25 g 2 szt Gruszka 1szt. 150 g Kakao/p b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek 40 g (***MLE,***) Dżem 25 g 2 szt Banan 1szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek 40 g (***MLE,***) Dżem 25 g 2 szt Banan 1szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko z kurkumą 250 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos meksykański z fasolą 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami* 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko z kurkumą 250 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami* 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos meksykański z fasolą 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko z kurkumą 250 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (***SEL,***) Roszponka 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (***SEL,***) Roszponka 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (***SEL,***) Roszponka 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (***SEL,***) Roszponka 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Pomidorki koktajlowe 60 g Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Pomidorki koktajlowe 60 g Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Pomidorki koktajlowe 60 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2637.57 kcal; Białko ogółem: 102.58 g; Tłuszcz: 74.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.57 g; Węglowodany ogółem: 407.36 g; W tym cukry: 95.65 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sód: 2396.49 mg;	Wartość energetyczna: 2583.67 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz: 55.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 427.38 g; W tym cukry: 120.35 g; Błonnik pok.: 21.12 g; Sód: 1745.90 mg;	Wartość energetyczna: 2304.55 kcal; Białko ogółem: 114.11 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 338.97 g; W tym cukry: 51.18 g; Błonnik pok.: 37.17 g; Sód: 2259.00 mg;	Wartość energetyczna: 2737.67 kcal; Białko ogółem: 113.92 g; Tłuszcz: 58.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 453.18 g; W tym cukry: 141.65 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sód: 1880.40 mg;

		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-11-25 środa	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 70 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN				Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Fasolka szparagowa z bułką tartą z masłem* 150 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem* dieta 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew oprószana z olejem 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem* dieta 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew oprószana z olejem 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata strzępiasta zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata strzępiasta zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata strzępiasta zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Sałata strzępiasta zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Serek homo naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2436.38 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 73.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 363.70 g; W tym cukry: 67.39 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sód: 2883.14 mg;	Wartość energetyczna: 2295.08 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.60 g; Węglowodany ogółem: 352.27 g; W tym cukry: 72.00 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sód: 2533.03 mg;	Wartość energetyczna: 2087.94 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz: 55.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 320.57 g; W tym cukry: 54.47 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sód: 2631.56 mg;	Wartość energetyczna: 2640.13 kcal; Białko ogółem: 108.03 g; Tłuszcz: 64.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 425.19 g; W tym cukry: 129.15 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sód: 2601.53 mg;

		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-11-26 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku 300 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Śliwka 100 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z pora i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-dynia 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2406.86 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.97 g; Węglowodany ogółem: 378.07 g; W tym cukry: 104.84 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sód: 4113.85 mg;	Wartość energetyczna: 2362.98 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 369.67 g; W tym cukry: 105.70 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sód: 2598.64 mg;	Wartość energetyczna: 2340.95 kcal; Białko ogółem: 102.43 g; Tłuszcz: 83.33 g; Kw. tł. nasy.: 34.50 g; Węglowodany ogółem: 326.95 g; W tym cukry: 57.68 g; Błonnik pok.: 38.55 g; Sód: 3164.09 mg;	Wartość energetyczna: 2490.08 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 61.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 400.88 g; W tym cukry: 130.23 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sód: 2601.74 mg;

		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-11-27 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 40 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 40 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 40 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba smażona - filet (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (***MLE,***) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (***MLE,***) Marchew mini gotowana z olejem* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Słupki z marchewki 50 g Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Marchew mini gotowana z olejem* 50 g Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2632.05 kcal; Białko ogółem: 125.97 g; Tłuszcz: 83.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.73 g; Węglowodany ogółem: 368.08 g; W tym cukry: 104.76 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sód: 3119.74 mg;	Wartość energetyczna: 2661.24 kcal; Białko ogółem: 120.92 g; Tłuszcz: 89.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 363.25 g; W tym cukry: 98.89 g; Błonnik pok.: 22.48 g; Sód: 2765.35 mg;	Wartość energetyczna: 2410.32 kcal; Białko ogółem: 129.26 g; Tłuszcz: 86.87 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 308.27 g; W tym cukry: 60.08 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sód: 2995.37 mg;	Wartość energetyczna: 2828.04 kcal; Białko ogółem: 129.62 g; Tłuszcz: 93.06 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 386.95 g; W tym cukry: 105.19 g; Błonnik pok.: 22.48 g; Sód: 2859.85 mg;

		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-11-28 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasztet z soczewicy * 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasztet z soczewicy * 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	II ŚN				Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 500 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Bigos 300 g (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Banan 1szt. 1 szt Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem * 500 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem * 500 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 500 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2772.24 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 88.11 g; Kw. tł. nasy.: 36.25 g; Węglowodany ogółem: 425.60 g; W tym cukry: 129.61 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sód: 4220.41 mg;	Wartość energetyczna: 2431.72 kcal; Białko ogółem: 103.27 g; Tłuszcz: 75.12 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 355.05 g; W tym cukry: 93.21 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sód: 3216.19 mg;	Wartość energetyczna: 2432.76 kcal; Białko ogółem: 109.87 g; Tłuszcz: 76.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 354.07 g; W tym cukry: 59.41 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sód: 3030.77 mg;	Wartość energetyczna: 2721.22 kcal; Białko ogółem: 121.27 g; Tłuszcz: 79.62 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 395.00 g; W tym cukry: 132.56 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sód: 3276.19 mg;

		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-11-29 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Kiełbaski śląskie z kurcząt 80 g (***może zawierać: GOR,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Kiełbaski śląskie z kurcząt 80 g (***może zawierać: GOR,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Kiełbaski śląskie z kurcząt 80 g (***może zawierać: GOR,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Kiełbaski śląskie z kurcząt 80 g (***może zawierać: GOR,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN				Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem * 500 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Podudzie z kurczaka pieczone 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem * 500 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Podudzie z kurczaka gotowane 200 g Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem * 500 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Podudzie z kurczaka gotowane 200 g Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 500 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Podudzie z kurczaka gotowane 200 g Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2807.60 kcal; Białko ogółem: 132.02 g; Tłuszcz: 103.61 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 354.11 g; W tym cukry: 94.75 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sód: 4683.33 mg;	Wartość energetyczna: 2726.38 kcal; Białko ogółem: 137.66 g; Tłuszcz: 83.23 g; Kw. tł. nasy.: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 370.13 g; W tym cukry: 106.78 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sód: 3669.16 mg;	Wartość energetyczna: 2442.63 kcal; Białko ogółem: 135.61 g; Tłuszcz: 87.40 g; Kw. tł. nasy.: 34.41 g; Węglowodany ogółem: 302.11 g; W tym cukry: 58.01 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sód: 4452.22 mg;	Wartość energetyczna: 2952.43 kcal; Białko ogółem: 143.26 g; Tłuszcz: 86.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 414.20 g; W tym cukry: 140.08 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sód: 3738.66 mg;

		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-11-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek z papryką 80 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek z papryką 80 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	II ŚN				Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kluski na parze 250 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kluski na parze 250 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kluski na parze 250 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,***) Chipsy z jabłka 18g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,***) Chipsy z jabłka 18g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2586.01 kcal; Białko ogółem: 90.73 g; Tłuszcz: 59.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 440.18 g; W tym cukry: 102.81 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sód: 3001.95 mg;	Wartość energetyczna: 2635.05 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 441.57 g; W tym cukry: 104.57 g; Błonnik pok.: 22.89 g; Sód: 2611.34 mg;	Wartość energetyczna: 2251.97 kcal; Białko ogółem: 117.94 g; Tłuszcz: 57.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 340.08 g; W tym cukry: 52.61 g; Błonnik pok.: 38.71 g; Sód: 2802.30 mg;	Wartość energetyczna: 2802.05 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 63.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 468.17 g; W tym cukry: 108.67 g; Błonnik pok.: 22.89 g; Sód: 2651.34 mg;

		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-12-01 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twaróg półtłusty 40 g (***MLE,***) Dżem 25 g 2 szt Gruszka 1szt. 150 g Kakao/p b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twaróg półtłusty 40 g (***MLE,***) Dżem 25 g 2 szt Banan 1szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Makaron na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twaróg półtłusty 40 g (***MLE,***) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN				Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 500 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos śmietanowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera, jabłka i marchewki z olejem drobno tarta 150 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Solferino z ziemniakami* 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos śmietanowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grochowa z ziemniakami * 500 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos śmietanowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera, jabłka i marchewki z olejem drobno tarta 150 g (***SEL,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet wieprzowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos śmietanowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2831.55 kcal; Białko ogółem: 120.50 g; Tłuszcz: 81.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 430.36 g; W tym cukry: 89.52 g; Błonnik pok.: 35.89 g; Sód: 2692.76 mg;	Wartość energetyczna: 2734.64 kcal; Białko ogółem: 116.42 g; Tłuszcz: 64.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 439.63 g; W tym cukry: 122.03 g; Błonnik pok.: 26.11 g; Sód: 2328.49 mg;	Wartość energetyczna: 2630.84 kcal; Białko ogółem: 132.25 g; Tłuszcz: 81.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 375.10 g; W tym cukry: 49.68 g; Błonnik pok.: 42.04 g; Sód: 2703.86 mg;	Wartość energetyczna: 3015.14 kcal; Białko ogółem: 135.02 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 477.73 g; W tym cukry: 155.93 g; Błonnik pok.: 29.11 g; Sód: 2391.49 mg;

		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-12-02 środa	Śniadanie	Ryż na mleku/p 350 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL,***) Roszponka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku/p 350 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL,***) Roszponka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku/p 350 ml (***MLE,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL,***) Roszponka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku/p 350 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL,***) Roszponka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN				Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Grysikowa * 500 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa * 500 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Dynia z wody z ziołami i olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa * 500 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa * 500 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Dynia z wody z ziołami i olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 40 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 40 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 40 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 40 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Marchew mini gotowana z olejem* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Marchew mini gotowana z olejem* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2188.70 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 328.83 g; W tym cukry: 53.85 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sód: 3864.79 mg;	Wartość energetyczna: 2192.77 kcal; Białko ogółem: 98.90 g; Tłuszcz: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 325.79 g; W tym cukry: 58.71 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sód: 2782.03 mg;	Wartość energetyczna: 2022.49 kcal; Białko ogółem: 99.05 g; Tłuszcz: 59.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 296.67 g; W tym cukry: 40.66 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sód: 3599.91 mg;	Wartość energetyczna: 2319.87 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 60.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 357.00 g; W tym cukry: 83.24 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sód: 2785.13 mg;

		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-12-03 czwartek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	II ŚN				Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 250 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem drobno tarta 150 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 250 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 250 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem drobno tarta 150 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 250 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z tofu i marchewki 70 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z tofu i marchewki 70 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z tofu i marchewki 70 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z tofu i marchewki 70 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Banan 1szt. 1 szt Deser riso zero klasyczny bez dodatku cukrów 200g 1 szt (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Deser riso zero klasyczny bez dodatku cukrów 200g 1 szt (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ,***) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Deser riso zero klasyczny bez dodatku cukrów 200g 1 szt (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Deser riso zero klasyczny bez dodatku cukrów 200g 1 szt (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2822.16 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 82.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.92 g; Węglowodany ogółem: 440.89 g; W tym cukry: 133.60 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sód: 3204.52 mg;	Wartość energetyczna: 2695.70 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 67.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 439.12 g; W tym cukry: 129.18 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sód: 2755.24 mg;	Wartość energetyczna: 2532.21 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; Tłuszcz: 82.28 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; Węglowodany ogółem: 372.49 g; W tym cukry: 82.32 g; Błonnik pok.: 42.29 g; Sód: 3011.87 mg;	Wartość energetyczna: 2896.70 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 481.02 g; W tym cukry: 149.18 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sód: 2755.24 mg;

		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-12-04 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Twarożek 40 g (***MLE,***) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Twarożek 40 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Miód (25g) 2 szt Twarożek 40 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (***MLE,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN				Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 500 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba smażona - filet (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryżowa* 500 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba gotowana - filet (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem * 500 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba gotowana - filet (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ryżowa* 500 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba gotowana - filet (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (***ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (***ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (***ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2786.44 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz: 80.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.13 g; Węglowodany ogółem: 415.22 g; W tym cukry: 124.26 g; Błonnik pok.: 39.42 g; Sód: 2903.65 mg;	Wartość energetyczna: 2626.18 kcal; Białko ogółem: 115.16 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 406.14 g; W tym cukry: 122.61 g; Błonnik pok.: 34.46 g; Sód: 1952.08 mg;	Wartość energetyczna: 2121.10 kcal; Białko ogółem: 120.10 g; Tłuszcz: 56.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 305.89 g; W tym cukry: 52.56 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sód: 2459.84 mg;	Wartość energetyczna: 2872.28 kcal; Białko ogółem: 117.16 g; Tłuszcz: 63.21 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 466.20 g; W tym cukry: 170.99 g; Błonnik pok.: 37.86 g; Sód: 1954.18 mg;

		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-12-05 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt jagodowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt jagodowy 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt jagodowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	II ŚN				Mus- Przecier owocowy jabłko-rokitnik 100g (tubka) 1 szt Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (***MLE,***)
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 500 ml (***MLE, SEL,***) kasza pęczak/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wykwintna z olejem b/c drobno tarta 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami * 500 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami * 500 ml (***MLE, SEL,***) kasza pęczak/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wykwintna z olejem b/c drobno tarta 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 500 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 30 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Wafle ryżowe 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 30 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2642.62 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 83.77 g; Kw. tł. nasy.: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 411.13 g; W tym cukry: 77.16 g; Błonnik pok.: 41.72 g; Sód: 3270.65 mg;	Wartość energetyczna: 2455.55 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz: 61.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 406.09 g; W tym cukry: 84.55 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sód: 2955.22 mg;	Wartość energetyczna: 2445.67 kcal; Białko ogółem: 97.38 g; Tłuszcz: 84.75 g; Kw. tł. nasy.: 36.44 g; Węglowodany ogółem: 359.48 g; W tym cukry: 58.38 g; Błonnik pok.: 47.83 g; Sód: 3869.50 mg;	Wartość energetyczna: 2673.60 kcal; Białko ogółem: 92.20 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 447.51 g; W tym cukry: 117.30 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sód: 3025.72 mg;

		CH- KOL D01 Podstawowa	CH- KOL D02 Łatwo strawna	CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów	CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-12-06 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Kiełbaski śląskie z kurcząt 80 g (***może zawierać: GOR,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Kiełbaski śląskie z kurcząt 80 g (***może zawierać: GOR,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Kiełbaski śląskie z kurcząt 80 g (***może zawierać: GOR,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku/p 350 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 75 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Kiełbaski śląskie z kurcząt 80 g (***może zawierać: GOR,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt Niespodzianka 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Kapusta biała gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kapusta biała gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 500 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (***MLE, GLU OW,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2448.83 kcal; Białko ogółem: 101.52 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 359.76 g; W tym cukry: 76.73 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sód: 3785.41 mg;	Wartość energetyczna: 2296.22 kcal; Białko ogółem: 116.36 g; Tłuszcz: 57.37 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 335.50 g; W tym cukry: 69.18 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sód: 3372.08 mg;	Wartość energetyczna: 2161.74 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 58.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 319.15 g; W tym cukry: 68.47 g; Błonnik pok.: 32.99 g; Sód: 3508.42 mg;	Wartość energetyczna: 2371.22 kcal; Białko ogółem: 116.96 g; Tłuszcz: 57.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 353.65 g; W tym cukry: 83.73 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sód: 3375.08 mg;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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