		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-11-23 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Klopsik drobiowy z udźca 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Pomarańcza 200 g	Banan 200 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2622.24 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 78.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 394.07 g; W tym cukry: 103.72 g; Błonnik pok.: 30.21 g; Sód: 3116.97 mg;	Wartość energetyczna: 2366.27 kcal; Białko ogółem: 92.68 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 368.17 g; W tym cukry: 103.00 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sód: 2970.75 mg;	Wartość energetyczna: 2629.64 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 93.97 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 347.91 g; W tym cukry: 41.41 g; Błonnik pok.: 39.43 g; Sód: 5124.31 mg;

		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-11-24 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała plastry 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała plastry 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Ser żółty 30 g (***MLE,***) Pomidor 50 g
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos meksykański z fasolą 80 g (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Pomarańcza 200 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2120.69 kcal; Białko ogółem: 97.32 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.73 g; Węglowodany ogółem: 314.17 g; W tym cukry: 70.93 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sód: 2733.83 mg;	Wartość energetyczna: 2076.66 kcal; Białko ogółem: 97.58 g; Tłuszcz: 49.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.83 g; Węglowodany ogółem: 323.42 g; W tym cukry: 74.52 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sód: 2300.23 mg;	Wartość energetyczna: 2525.69 kcal; Białko ogółem: 112.76 g; Tłuszcz: 82.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 344.45 g; W tym cukry: 64.52 g; Błonnik pok.: 35.81 g; Sód: 4260.28 mg;

		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-11-25 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 50 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Pulpet drobiowy 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet drobiowy 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Pulpet drobiowy 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jabłko 200 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (***RYB, SEL,***) Rzodkiew biała plastry 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (***RYB, SEL,***) Rzodkiew biała plastry 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	PN	Jabłko 200 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2096.98 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 56.84 g; Kw. tł. nasy.: 21.43 g; Węglowodany ogółem: 323.37 g; W tym cukry: 68.10 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sód: 2684.99 mg;	Wartość energetyczna: 2121.20 kcal; Białko ogółem: 87.69 g; Tłuszcz: 59.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 326.42 g; W tym cukry: 71.48 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sód: 2696.65 mg;	Wartość energetyczna: 2356.23 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 70.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 343.76 g; W tym cukry: 64.24 g; Błonnik pok.: 33.37 g; Sód: 4271.03 mg;

		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-11-26 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Pasztet z soczewicy * 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Słupki z marchewki 50 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku 300 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 200 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka szwedzka z olejem b/c 200 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Mandarynka 200 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2236.57 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 75.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 320.33 g; W tym cukry: 59.86 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sód: 4399.90 mg;	Wartość energetyczna: 2190.38 kcal; Białko ogółem: 95.13 g; Tłuszcz: 73.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 305.52 g; W tym cukry: 60.74 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sód: 2731.70 mg;	Wartość energetyczna: 2485.37 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 353.64 g; W tym cukry: 62.11 g; Błonnik pok.: 37.85 g; Sód: 5100.70 mg;

		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-11-27 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Jabłko 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Jabłko 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Ogórek kiszony 50 g
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g
		Wartość energetyczna: 2154.74 kcal; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 67.88 g; Kw. tł. nasy.: 23.86 g; Węglowodany ogółem: 298.06 g; W tym cukry: 79.68 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sód: 2407.01 mg;	Wartość energetyczna: 2174.26 kcal; Białko ogółem: 103.32 g; Tłuszcz: 68.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 302.01 g; W tym cukry: 76.59 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sód: 2347.85 mg;	Wartość energetyczna: 2253.72 kcal; Białko ogółem: 111.16 g; Tłuszcz: 72.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 302.24 g; W tym cukry: 54.89 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sód: 4084.68 mg;

		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-11-28 sobota	Śniadanie	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (***może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Ketchup 30 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 10 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 10 g	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE,***) Pomidor 50 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem brązowym (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Gruszka 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet z soczewicy * 100 g (***JAJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet z soczewicy * 100 g (***JAJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2516.47 kcal; Białko ogółem: 95.64 g; Tłuszcz: 106.71 g; Kw. tł. nasy.: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 308.43 g; W tym cukry: 57.62 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sód: 3701.74 mg;	Wartość energetyczna: 1906.54 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 62.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 262.79 g; W tym cukry: 49.15 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sód: 3079.01 mg;	Wartość energetyczna: 2371.96 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 328.31 g; W tym cukry: 61.46 g; Błonnik pok.: 35.24 g; Sód: 4011.22 mg;

		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-11-29 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 10 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 10 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 50 g
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jabłko 200 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 100 g (***MLE,***) Jabłko 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2237.20 kcal; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 76.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 295.02 g; W tym cukry: 71.67 g; Błonnik pok.: 22.19 g; Sód: 2790.83 mg;	Wartość energetyczna: 2250.64 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 71.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 304.60 g; W tym cukry: 70.81 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sód: 2809.56 mg;	Wartość energetyczna: 2248.31 kcal; Białko ogółem: 120.85 g; Tłuszcz: 77.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 279.16 g; W tym cukry: 49.94 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sód: 4295.04 mg;

		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-11-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 50 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo-porzeczkowy* 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo-porzeczkowy* 150 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 90 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka żydowska z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mandarynka 200 g		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2107.93 kcal; Białko ogółem: 75.01 g; Tłuszcz: 60.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 339.33 g; W tym cukry: 106.36 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sód: 3138.83 mg;	Wartość energetyczna: 2034.52 kcal; Białko ogółem: 74.87 g; Tłuszcz: 50.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 342.63 g; W tym cukry: 103.87 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sód: 2677.90 mg;	Wartość energetyczna: 2371.84 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; Węglowodany ogółem: 318.47 g; W tym cukry: 40.63 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sód: 4961.41 mg;

		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-12-01 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 10 g	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (***SOJ, GOR,***) Słupki z marchewki 50 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jabłko 200 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz szczeciński 50 g (***RYB, SOJ,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz szczeciński 50 g (***RYB, SOJ,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2525.23 kcal; Białko ogółem: 107.59 g; Tłuszcz: 80.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 361.75 g; W tym cukry: 54.86 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sód: 2921.62 mg;	Wartość energetyczna: 2282.00 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 338.99 g; W tym cukry: 47.74 g; Błonnik pok.: 23.37 g; Sód: 2469.92 mg;	Wartość energetyczna: 2631.15 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 368.29 g; W tym cukry: 72.27 g; Błonnik pok.: 36.12 g; Sód: 4254.15 mg;

		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-12-02 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 10 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 10 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 50 g
	Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką z olejem * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jabłko 200 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Jabłko 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Jabłko 200 g	Banan 200 g	Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2036.97 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz: 55.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 315.02 g; W tym cukry: 79.87 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sód: 3973.07 mg;	Wartość energetyczna: 2229.63 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 53.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 363.12 g; W tym cukry: 107.88 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sód: 2615.61 mg;	Wartość energetyczna: 2122.88 kcal; Białko ogółem: 97.69 g; Tłuszcz: 57.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 314.95 g; W tym cukry: 56.02 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sód: 5611.81 mg;

		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-12-03 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Twarożek 50 g (***MLE,***) Słupki z marchewki 50 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łazanki z kapustą i kiełbasą 350 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jabłko 200 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet z ciecierzycy* 100 g (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 100 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet z ciecierzycy* 100 g (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2480.12 kcal; Białko ogółem: 87.25 g; Tłuszcz: 97.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 331.32 g; W tym cukry: 51.87 g; Błonnik pok.: 31.59 g; Sód: 4142.86 mg;	Wartość energetyczna: 2137.02 kcal; Białko ogółem: 89.30 g; Tłuszcz: 66.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 310.20 g; W tym cukry: 52.64 g; Błonnik pok.: 24.07 g; Sód: 2569.14 mg;	Wartość energetyczna: 2621.22 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 88.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 374.36 g; W tym cukry: 67.42 g; Błonnik pok.: 41.88 g; Sód: 4876.85 mg;

		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-12-04 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 10 g	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Rzepa biała plastry 50 g
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (***RYB,***) Sos majerankowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Pomarańcza 200 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2076.72 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 67.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 281.75 g; W tym cukry: 60.58 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sód: 2508.07 mg;	Wartość energetyczna: 2062.45 kcal; Białko ogółem: 95.64 g; Tłuszcz: 59.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 300.05 g; W tym cukry: 61.65 g; Błonnik pok.: 22.66 g; Sód: 2314.06 mg;	Wartość energetyczna: 2237.90 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 320.51 g; W tym cukry: 66.33 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sód: 3956.10 mg;

		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-12-05 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 10 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 10 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD			Jabłko 200 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g (***może zawierać: MLE, SEL, GOR,***) Ketchup 30 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2318.16 kcal; Białko ogółem: 84.28 g; Tłuszcz: 95.77 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 293.62 g; W tym cukry: 64.92 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sód: 3934.34 mg;	Wartość energetyczna: 1997.01 kcal; Białko ogółem: 80.21 g; Tłuszcz: 66.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 286.20 g; W tym cukry: 57.29 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sód: 2945.89 mg;	Wartość energetyczna: 2146.82 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 317.46 g; W tym cukry: 62.35 g; Błonnik pok.: 32.14 g; Sód: 4338.60 mg;

		W-wa- STA 1 Podstawowa	W-wa- STA 2 Łatwostrawna	W-wa- STA 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych weglowodanów
2026-12-06 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 10 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Cukier 10 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 10 g
	II ŚN			Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Hummus 50 g (***SEZ,***) Pomidor 50 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 80 g Ziemniaki gotowane 200 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Schab gotowany 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Schab gotowany 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jabłko 200 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g		Chleb żytni razowy 100 g (***GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (***MLE,***) Pasta z cukinii i marchewki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		Chleb żytni razowy 50 g (***GLU ŻYT,***) Szynka drob. luksusowa z fileta, wędl.dr.parzona,z dod.białka wp.z poł.kaw.mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Sałata zielona 10 g
		Wartość energetyczna: 2185.48 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 58.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 305.46 g; W tym cukry: 69.83 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sód: 3022.38 mg;	Wartość energetyczna: 2151.24 kcal; Białko ogółem: 101.78 g; Tłuszcz: 52.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 300.85 g; W tym cukry: 59.40 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sód: 2825.58 mg;	Wartość energetyczna: 2234.25 kcal; Białko ogółem: 105.01 g; Tłuszcz: 71.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 304.22 g; W tym cukry: 59.07 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sód: 4469.31 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,