

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekko strawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekko strawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-03-31, worek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE₊) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE₊) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabliko 200 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE₊) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE₊) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt (MLE₊) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabliko pieczone 200 g Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE₊) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabliko pieczone 200 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE₊) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE₊) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabliko pieczone 200 g Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE₊) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE₊) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabliko 200 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE₊) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE₊) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE₊) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE₊) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt (MLE₊) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE₊) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (SOJ) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt (MLE₊) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabliko pieczone 200 g Sałata zielona 10 g
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) mielona Schab gotowany 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE₊)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Buraczki gotowane plastry 50 g
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, SOZ) Kotlet schabowy 100 g (GLUPSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Solferino* 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Szarpana wieprzowina 100 g (GLUPSZ) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL) Makaron 150 g (GLUPSZ) Dyńa pieczona 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL) Szarpana wieprzowina 100 g (GLUPSZ) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL) Kluski śląskie* 150 g (JAJ) Dyńa pieczona 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pieczarkowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, SOZ) Szarpana wieprzowina 100 g (GLUPSZ) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 150 g (GLUPSZ) Dyńa pieczona 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Solferino* 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Szarpana wieprzowina 100 g (GLUPSZ) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL) Makaron 150 g (GLUPSZ) Dyńa pieczona 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pieczarkowa z ziemniakami* 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, SOZ) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLUPSZ, MLE) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Solferino* 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Mieśno wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree 150 g (MLE) Dyńa pieczona 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Solferino (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL) Szarpana wieprzowina (bez glutenu) 100 g (GLUPSZ) Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane 180 g Dyńa pieczona 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plastry 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziane ryżowe 30 g			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chrupki kukurydziane 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziane ryżowe 30 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyńska luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Hummus z ciecierzycy 100 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dzsem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 120 g (SEL) Szyńska luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dzsem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 120 g (SEL) Szyńska luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dzsem 25 g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 120 g (SEL) Hummus z ciecierzycy 100 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyńska luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 120 g (SEL) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dzsem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 100 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dzsem 25 g 1 szt	Solferino* 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg 100 g (MLE) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 120 g (SEL) Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dzsem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 120 g (SEL) Szyńska luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Kukinia grillowana z ziołami* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plastry 50 g Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 120 g (SEL) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml Kukinia grillowana z ziołami* 100 g Sałata zielona 10 g Dzsem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Schab gotowany plastry 30 g Ogórek świeży 50 g			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLUPSZ, JAJ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Schab gotowany plastry 30 g Marchew gotowana z olejem* 50 g	
	Wartość energetyczna: 2419.64 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 86.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.20 g; Węglowodany ogółem: 343.63 g; W tym cukry: 64.06 g; Błonnik pok.: 36.24 g; Sól: 7.02 g; Sód: 2807.01 mg;	Wartość energetyczna: 2419.37 kcal; Białko ogółem: 109.67 g; Tłuszcz: 73.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 344.36 g; W tym cukry: 82.22 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sól: 7.70 g; Sód: 3079.13 mg;	Wartość energetyczna: 2962.70 kcal; Białko ogółem: 130.18 g; Tłuszcz: 102.90 g; Kw. tł. nasy.: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 397.81 g; W tym cukry: 67.92 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 9.44 g; Sód: 3778.01 mg;	Wartość energetyczna: 2770.28 kcal; Białko ogółem: 136.29 g; Tłuszcz: 93.13 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 394.29 g; W tym cukry: 82.49 g; Błonnik pok.: 49.68 g; Sól: 9.97 g; Sód: 3982.55 mg;	Wartość energetyczna: 2493.57 kcal; Białko ogółem: 119.21 g; Tłuszcz: 76.72 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 344.84 g; W tym cukry: 82.49 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sól: 9.24 g; Sód: 3693.93 mg;	Wartość energetyczna: 2413.12 kcal; Białko ogółem: 88.82 g; Tłuszcz: 85.10 g; Kw. tł. nasy.: 42.74 g; Węglowodany ogółem: 351.55 g; W tym cukry: 69.75 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 5.29 g; Sód: 2121.76 mg;	Wartość energetyczna: 3164.02 kcal; Białko ogółem: 143.06 g; Tłuszcz: 90.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 462.11 g; W tym cukry: 85.84 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 9.23 g; Sód: 3690.69 mg;	Wartość energetyczna: 2795.65 kcal; Białko ogółem: 143.06 g; Tłuszcz: 84.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 385.35 g; W tym cukry: 46.93 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sól: 11.25 g; Sód: 4493.00 mg;	Wartość energetyczna: 2321.19 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz: 80.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 313.77 g; W tym cukry: 67.04 g; Błonnik pok.: 30.80 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1732.26 mg;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekko strawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekko strawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2026-04-01, środa	Śniadanie	Ryż namleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Mandarynka, 200 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż namleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g	Ryż na napój sojowy: 400 ml (SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g	Ryż namleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Serek Almette mini 30g 2 szt (MLE) Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g	Ryż namleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Serek Almette mini 30g 2 szt (MLE) Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g	Ryż namleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Mielony schab z marchewką 50 g Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż namleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Mielony schab z marchewką 50 g Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na napój sojowy: 400 ml (SOJ.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa drobna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g	
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasterki 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Schab gotowany plasterki 30 g Ogórek kiszony 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Schab gotowany plasterki 30 g Dynia z wody 50 g	
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane 150 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 150 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 150 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 150 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 120 g Buraczki gotowane 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 150 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Placiki ziemniaczane 3 szt 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane puree 150 g (MLE) Mieśo drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki gotowane 150 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 30 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) mielona Schab gotowany 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Sok pomidorowy 0,2L-100% liozowany 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Filet z kurczaka gotowany plasterki 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet z kurczaka gotowany plasterki 50 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasterki 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g Miód (25g) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Filet z kurczaka gotowany plasterki 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Mielony filet z kurczaka z marchewką 50 g Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Mielony filet z kurczaka z marchewką 50 g Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 100 g (MLE) Filet z kurczaka gotowany plasterki 50 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasterki 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g Miód (25g) 1 szt	
PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE)			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Kalafior gotowany* 50 g		
	Wartość energetyczna: 2340.97 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 76.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 325.12 g; W tym cukry: 51.24 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 10.98 g; Sód: 4400.24 mg;	Wartość energetyczna: 2287.79 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 55.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.83 g; Węglowodany ogółem: 359.22 g; W tym cukry: 107.22 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 7.84 g; Sód: 3152.58 mg;	Wartość energetyczna: 2774.04 kcal; Białko ogółem: 121.38 g; Tłuszcz: 82.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 409.08 g; W tym cukry: 91.84 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 9.11 g; Sód: 3658.41 mg;	Wartość energetyczna: 2677.21 kcal; Białko ogółem: 143.64 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 416.54 g; W tym cukry: 43.54 g; Błonnik pok.: 49.92 g; Sól: 11.42 g; Sód: 4566.26 mg;	Wartość energetyczna: 2441.39 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kw. tł. nasy.: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 361.14 g; W tym cukry: 107.22 g; Błonnik pok.: 25.48 g; Sól: 7.84 g; Sód: 3152.58 mg;	Wartość energetyczna: 2632.21 kcal; Białko ogółem: 87.10 g; Tłuszcz: 116.01 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 341.87 g; W tym cukry: 55.17 g; Błonnik pok.: 36.67 g; Sól: 9.23 g; Sód: 3700.84 mg;	Wartość energetyczna: 3384.29 kcal; Białko ogółem: 151.19 g; Tłuszcz: 102.28 g; Kw. tł. nasy.: 50.05 g; Węglowodany ogółem: 485.76 g; W tym cukry: 137.03 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 7.86 g; Sód: 3159.55 mg;	Wartość energetyczna: 2534.98 kcal; Białko ogółem: 133.72 g; Tłuszcz: 63.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 385.75 g; W tym cukry: 58.46 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sól: 12.84 g; Sód: 5139.01 mg;	Wartość energetyczna: 2242.40 kcal; Białko ogółem: 92.10 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 330.53 g; W tym cukry: 89.56 g; Błonnik pok.: 28.54 g; Sól: 4.74 g; Sód: 1896.09 mg;	

		W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekko strawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekko strawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmięсна	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MŁE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Schab gotowany plasterki 50 g Ogórek kiszony 100 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MŁE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Schab gotowany plasterki 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Platki jęczmienne na napoju sojowym 400 ml (SOJ, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Schab gotowany plasterki 50 g Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MŁE, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Schab gotowany plasterki 50 g Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MŁE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Ser mozzarella kulki 50 g (MŁE.) Schab gotowany plasterki 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MŁE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Pasztet sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR.) Ser mozzarella kulki 50 g (MŁE.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MŁE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Mielony schab z marchewką 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MŁE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Schab gotowany plasterki 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasterki 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynekowa drobna drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynekowa drobna drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) mielona Filet z kurczaka gotowany 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynekowa drobna drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Kukinia pieczona z olejem * 50 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MŁE, SEL, GLU ŻYT.) Golałki z kapustą włoską z ryżem i wierzbową 2szt. 400 g (JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surowka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukier 5 g	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MŁE, SEL.) Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 2 szt. 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany z oliwą* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukier 5 g	Ziemniaczana*(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 2 szt. 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany z oliwą* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukier 5 g	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MŁE, SEL, GLU ŻYT.) Golałki z kapustą włoską z ryżem i wierzbową 2szt. 400 g (JAJ.) Brokuł gotowany z oliwą* 200 g Surowka z marchwi i selera z olejem b/c 120 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukier 5 g	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MŁE, SEL.) Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 2 szt. 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany z oliwą* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukier 5 g	Barszcz biały z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MŁE, SEL, GLU ŻYT.) Leczo-vegetariańskie z soczewicą* 300 g Ryż na sypko (brązowy) 150 g Surowka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MŁE, SEL.) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 150 g (MŁE.) Brokuł gotowany z oliwą* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana*(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, MŁE, SEL.) Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 2 szt. 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany z oliwą* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)	Ziemniaczana*(bez glutenu, bez mleka) 400 ml (SEL.) Ryż na sypko 100 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Brokuł gotowany z oliwą* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Cukier 5 g
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MŁE.) Wafle ryżowe 30 g			Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MŁE.) Chrupki kukurydziane 30 g	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MŁE.) Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szyńska tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MŁE, GOR.) Serek Almette mini 30g 2 szt (MŁE.) Sałatka jarzynowa* 150 g (JAJ, MŁE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szyńska tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MŁE, GOR.) Serek Almette mini 30g 2 szt (MŁE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MŁE.) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MŁE, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt (MŁE.) Szyńska tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MŁE, GOR.) Serek Almette mini 30g 2 szt (MŁE.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MŁE, SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym n/sojowy z/c 200 ml (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szyńska tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MŁE, GOR.) Serek Almette mini 30g 2 szt (MŁE.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MŁE, SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szyńska tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MŁE, GOR.) Serek Almette mini 30g 2 szt (MŁE.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MŁE.) Sałatka jarzynowa z olejem* 150 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Tofu 100g (SOJ.) Serek Almette mini 30g 2 szt (MŁE.) Sałatka jarzynowa* 150 g (JAJ, MŁE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MŁE, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Mielony filet z kurczaka z marchewką 50 g Serek Almette mini 30g 2 szt (MŁE.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MŁE, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MŁE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MŁE.) Szyńska tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MŁE, GOR.) Serek Almette mini 30g 2 szt (MŁE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MŁE, SEL.)	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasterki 50 g Produkt sojowy z żywymi kulturami bakterii, jagoda, z wapniem i wit. 150g 1 szt (SOJ.) Budyń o smaku śmietankowym n/sojowy z/c 200 ml (SOJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Schab gotowany plasterki 30 g Papryka świeża 50 g				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MŁE.) Biszkopty b/c 30 g (GLUPSZ, JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Schab gotowany plasterki 30 g Marchew gotowana z olejem* 50 g	
		Wartość energetyczna: 2630.61 kcal; Białko ogółem: 108.06 g; Tłuszcz: 96.84 g; Kw. tł. nasy.: 41.90 g; Węglowodany ogółem: 343.46 g; W tym cukry: 63.51 g; Błonnik pok.: 41.82 g; Sól: 10.10 g; Sód: 4012.07 mg;	Wartość energetyczna: 2807.80 kcal; Białko ogółem: 131.73 g; Tłuszcz: 96.84 g; Kw. tł. nasy.: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 364.27 g; W tym cukry: 74.65 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 7.85 g; Sód: 3132.98 mg;	Wartość energetyczna: 3418.61 kcal; Białko ogółem: 155.07 g; Tłuszcz: 128.40 g; Kw. tł. nasy.: 38.70 g; Węglowodany ogółem: 431.76 g; W tym cukry: 61.12 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 10.00 g; Sód: 3990.14 mg;	Wartość energetyczna: 3087.81 kcal; Białko ogółem: 159.67 g; Tłuszcz: 109.78 g; Kw. tł. nasy.: 47.46 g; Węglowodany ogółem: 416.67 g; W tym cukry: 56.15 g; Błonnik pok.: 58.22 g; Sól: 12.74 g; Sód: 5083.34 mg;	Wartość energetyczna: 3098.99 kcal; Białko ogółem: 140.91 g; Tłuszcz: 120.74 g; Kw. tł. nasy.: 52.71 g; Węglowodany ogółem: 375.02 g; W tym cukry: 75.36 g; Błonnik pok.: 27.27 g; Sól: 8.65 g; Sód: 3447.32 mg;	Wartość energetyczna: 2718.76 kcal; Białko ogółem: 81.60 g; Tłuszcz: 125.78 g; Kw. tł. nasy.: 44.79 g; Węglowodany ogółem: 346.97 g; W tym cukry: 58.02 g; Błonnik pok.: 44.21 g; Sól: 10.68 g; Sód: 4250.07 mg;	Wartość energetyczna: 3439.07 kcal; Białko ogółem: 176.06 g; Tłuszcz: 115.52 g; Kw. tł. nasy.: 56.11 g; Węglowodany ogółem: 469.62 g; W tym cukry: 92.68 g; Błonnik pok.: 34.88 g; Sól: 7.75 g; Sód: 3093.73 mg;	Wartość energetyczna: 3215.81 kcal; Białko ogółem: 176.06 g; Tłuszcz: 106.12 g; Kw. tł. nasy.: 49.28 g; Węglowodany ogółem: 410.69 g; W tym cukry: 41.13 g; Błonnik pok.: 38.33 g; Sól: 12.25 g; Sód: 4888.17 mg;	Wartość energetyczna: 2297.49 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 17.60 g; Węglowodany ogółem: 312.89 g; W tym cukry: 54.94 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 3.28 g; Sód: 1295.41 mg;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekko strawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekko strawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmięсна	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-04-03 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Pomararicza 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na napoju sojowym 400 ml (<u>GLUPSZ, SOJ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 100 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Jabłko pieczone 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 100 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml (<u>SOJ.</u>) Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 100 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Jabłko pieczone 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Surówka z marchwi z olejem b/c 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Buraczki gotowane plastry 50 g	
	Obiad	Krem z dyni* 400ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLUPSZ.</u>) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krem z dyni* 400ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLUPSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z oliwą* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krem z dyni* (bez mleka) 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLUPSZ.</u>) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z oliwą* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krem z dyni* 400ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pełnoziarniste () 20 g (<u>GLUPSZ.</u>) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z oliwą* 80 g (<u>SEL.</u>) Surówka z kapustы czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z dyni* 400ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLUPSZ.</u>) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z oliwą* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krem z dyni* 400ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLUPSZ.</u>) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z kapustы czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krem z dyni* 400ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLUPSZ.</u>) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane puree 150 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z oliwą* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z dyni* 400ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLUPSZ.</u>) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 80ml (<u>GLUPSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z oliwą* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Tofu 50 g (<u>SOJ.</u>)	Płatki pszenne 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tofu 50 g (<u>SOJ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)	Płatki pszenne 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1szt Papryka świeża 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1szt Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g Napoje owsiane bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1szt Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1szt Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Krem z dyni* 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Grzanki pszenne () 20 g (<u>GLUPSZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1szt Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g
PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g			Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 50 g		
	Wartość energetyczna: 2385.57 kcal; Białko ogółem: 114.01 g; Tłuszcz: 78.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 330.24 g; W tym cukry: 69.53 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sól: 6.20 g; Sód: 2480.88 mg;	Wartość energetyczna: 2486.25 kcal; Białko ogółem: 113.90 g; Tłuszcz: 87.37 g; Kw. tł. nasy.: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 325.39 g; W tym cukry: 67.26 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2620.89 mg;	Wartość energetyczna: 3251.76 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 144.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 401.42 g; W tym cukry: 62.32 g; Błonnik pok.: 39.18 g; Sól: 9.54 g; Sód: 3817.38 mg;	Wartość energetyczna: 2891.27 kcal; Białko ogółem: 138.21 g; Tłuszcz: 101.82 g; Kw. tł. nasy.: 39.84 g; Węglowodany ogółem: 408.30 g; W tym cukry: 58.82 g; Błonnik pok.: 56.85 g; Sól: 9.58 g; Sód: 3829.05 mg;	Wartość energetyczna: 2751.25 kcal; Białko ogółem: 119.90 g; Tłuszcz: 110.37 g; Kw. tł. nasy.: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 335.19 g; W tym cukry: 67.26 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 7.95 g; Sód: 3180.89 mg;	Wartość energetyczna: 2385.57 kcal; Białko ogółem: 114.01 g; Tłuszcz: 78.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 330.24 g; W tym cukry: 69.53 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sól: 6.20 g; Sód: 2480.88 mg;	Wartość energetyczna: 3780.09 kcal; Białko ogółem: 148.98 g; Tłuszcz: 134.60 g; Kw. tł. nasy.: 54.06 g; Węglowodany ogółem: 490.81 g; W tym cukry: 71.22 g; Błonnik pok.: 38.33 g; Sól: 8.50 g; Sód: 3411.33 mg;	Wartość energetyczna: 3120.55 kcal; Białko ogółem: 132.00 g; Tłuszcz: 117.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.73 g; Węglowodany ogółem: 411.04 g; W tym cukry: 51.89 g; Błonnik pok.: 45.48 g; Sól: 10.97 g; Sód: 4386.23 mg;	Wartość energetyczna: 2567.03 kcal; Białko ogółem: 80.66 g; Tłuszcz: 117.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 312.14 g; W tym cukry: 58.67 g; Błonnik pok.: 36.18 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1854.37 mg;

		W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekko strawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekko strawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Ryż namleku 400 ml (MLE , GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE) Dziem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż namleku 400 ml (MLE , GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE) Dyńia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dżem 25 g 1 szt	Ryż na napój sojowy 400ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plastery 50 g Dyńia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dżem 25 g 1 szt	Ryż namleku 400 ml (MLE , GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 (MLE) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż namleku 400 ml (MLE , GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE) Mielony schab z marchewką 50 g Dyńia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dżem 25 g 1 szt	Ryż namleku 400 ml (MLE , GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż namleku 400 ml (MLE , GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE) Dyńia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż namleku 400 ml (MLE , GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a la homogenizowany 100 g (MLE) Dyńia pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Ryż na napój sojowy 400 ml (SOJ) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plastery 50 g Dyńia pieczona z natką pietruszki (bez glutenu) 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dżem 25 g 2 szt
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Hummus z ciecierzycy 50 g Papryka świeża 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Cukinia pieczona z olejem* 100 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron z serem b/c 300 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Selerowa z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL) Makaron z serem b/c 300 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 150 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Kasza gryczana 150 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew gotowana z olejem* 200 g Cukinia pieczona z olejem* 80 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Grochowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Kasza gryczana 150 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem* 80 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Selerowa z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL) Makaron z serem b/c 300 g (GLU PSZ, MLE) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Kasza gryczana 150 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree 150 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Selerowa z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL) Ryba mielona z marchewką 120 g (RYB) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150 g (MLE) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g Marchew gotowana z olejem* 200 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL) Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 100 g (JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 150 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem* 200 g Cukier 5 g
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastery 30 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Mielony filet z kurczaka z marchewką 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z tofu i brokuła. 100 g (SOJ) Ser mozzarella 50 g (MLE) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z tofu i brokuła. 100 g (SOJ) Ser mozzarella 50 g (MLE) Pasta warzywna* 100 g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu i brokuła. 100 g (SOJ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pasta warzywna* 100 g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z tofu i brokuła. 100 g (SOJ) Ser mozzarella 50 g (MLE) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z tofu i brokuła. 100 g (SOJ) Ser mozzarella 50 g (MLE) Pasta warzywna* 100 g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z tofu i brokuła. 100 g (SOJ) Ser mozzarella 50 g (MLE) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z tofu i brokuła. 100 g (SOJ) mielona Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pasta warzywna* 100 g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z tofu i brokuła. 100 g (SOJ) Ser mozzarella 50 g (MLE) Pasta warzywna* 100 g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu i brokuła. 100 g (SOJ) Szynka wieprzowa gotowana plastery 100 g Pasta warzywna* 100 g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g			Chrupki kukurydziane 30 g Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Twarożek 50 g (MLE) Dyńia z wody 50 g		
		Wartość energetyczna: 2399.56 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 76.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 355.08 g; W tym cukry: 49.98 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sól: 6.14 g; Sód: 2456.98 mg;	Wartość energetyczna: 2494.07 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; Tłuszcz: 81.27 g; Kw. tł. nasy.: 30.00 g; Węglowodany ogółem: 358.62 g; W tym cukry: 53.42 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 4.44 g; Sód: 1788.66 mg;	Wartość energetyczna: 2803.22 kcal; Białko ogółem: 123.85 g; Tłuszcz: 102.10 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 371.75 g; W tym cukry: 41.56 g; Błonnik pok.: 34.28 g; Sól: 8.89 g; Sód: 3558.24 mg;	Wartość energetyczna: 2840.15 kcal; Białko ogółem: 133.13 g; Tłuszcz: 94.02 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 417.87 g; W tym cukry: 56.19 g; Błonnik pok.: 53.32 g; Sól: 10.54 g; Sód: 4208.36 mg;	Wartość energetyczna: 2463.45 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 85.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 324.90 g; W tym cukry: 61.16 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 6.25 g; Sód: 2501.51 mg;	Wartość energetyczna: 2328.46 kcal; Białko ogółem: 100.49 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 348.30 g; W tym cukry: 51.16 g; Błonnik pok.: 31.28 g; Sól: 5.98 g; Sód: 2395.86 mg;	Wartość energetyczna: 3308.22 kcal; Białko ogółem: 145.30 g; Tłuszcz: 110.32 g; Kw. tł. nasy.: 48.50 g; Węglowodany ogółem: 457.69 g; W tym cukry: 92.33 g; Błonnik pok.: 38.68 g; Sól: 7.13 g; Sód: 2851.93 mg;	Wartość energetyczna: 2850.95 kcal; Białko ogółem: 129.13 g; Tłuszcz: 95.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 398.78 g; W tym cukry: 57.64 g; Błonnik pok.: 40.49 g; Sól: 10.64 g; Sód: 4252.07 mg;	Wartość energetyczna: 2238.74 kcal; Białko ogółem: 102.80 g; Tłuszcz: 83.79 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 285.80 g; W tym cukry: 48.07 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sól: 3.46 g; Sód: 1374.86 mg;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekko strawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekko strawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2026-04-05 niedziela	Śniadanie Kasza manna na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną 50 g (SOJ,) Pomidorki koktajlowe 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka piaskowa ucierana 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną 50 g (SOJ,) Banana 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Roszponka 10 g Babka piaskowa ucierana 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,)	Kasza manna na napoju sojowym 400 ml (GLUPSZ, SOJ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną 50 g (SOJ,) Banana 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Roszponka 10 g Ciastka bezglutenowe 50 g (JAJ,)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną 50 g (SOJ,) Pomidorki koktajlowe 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka piaskowa ucierana 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną 50 g (SOJ,) Pomidorki koktajlowe 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka piaskowa ucierana 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną 50 g (SOJ,) Pomidorki koktajlowe 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka piaskowa ucierana 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLUPSZ, MLE,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 100 g (JAJ,) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE,) Banana 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Babka piaskowa ucierana 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,)	Kasza manna na mleku 400 ml (GLUPSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną 50 g (SOJ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Roszponka 10 g Babka piaskowa ucierana 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,)	Kasza jagłana na napoju sojowym 400 ml (SOJ,) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Banana 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Roszponka 10 g Ciastka bezglutenowe 50 g (JAJ,)	
	II SN		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Schab gotowany plastry 30 g Ogórek kiszony 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,) Mielony schab z marchewką 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Schab gotowany plastry 30 g Pasta warzywna* 50 g (SEL,)		
	Obiad	Żurek z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Szarpana wołowa 100 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 150 g Cwikła z chrzanem b/c 200 g (MLE, SOJ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Szarpana wołowa 100 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,) Szarpana wołowa 100 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL,) Kluski śląskie* 150 g (JAJ,) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Żurek z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Szarpana wołowa 100 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 150 g Cwikła z chrzanem b/c 120 g (MLE, SOJ,) Kalaflor gotowany* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Szarpana wołowa 100 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane 150 g Kotlety sojowe panierowane 100 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE,) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,) Mięso wołowe mielone z marchewką 120 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL,) Buraczki gotowane 200 g Ziemniaki gotowane puree 150 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL,) Szarpana wołowa 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plastry 30 g	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 30 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,) Mielony schab z marchewką 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Wafle ryżowe 30 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek Almette mini 30g 2 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek Almette mini 30g 2 szt (MLE,) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Deser sojowy o smaku waniliowym z waniami i witaminami 125g 1 szt (SOJ,) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek Almette mini 30g 2 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100 g Serek Almette mini 30g 2 szt (MLE,) Ogórek świeży 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Tofu 50 g (SOJ,) Serek Almette mini 30g 2 szt (MLE,) Ogórek świeży 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	mielona Filet z kurczaka gotowany 50 g Serek Almette mini 30g 2 szt (MLE,) Ziemniaczana * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek Almette mini 30g 2 szt (MLE,) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Deser sojowy o smaku waniliowym z waniami i witaminami 125g 1 szt (SOJ,) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Schab Pieczony wędziona, wędziona z wodą dodaną 30 g (SOJ,) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE,)			Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLUPSZ, JAJ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Schab Pieczony wędziona, wędziona z wodą dodaną 30 g (SOJ,) Fasolka szparagowa z wody* 50 g		
		Wartość energetyczna: 2333.59 kcal; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 314.30 g; W tym cukry: 64.17 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 9.38 g; Sód: 3719.70 mg;	Wartość energetyczna: 2601.80 kcal; Białko ogółem: 111.24 g; Tłuszcz: 84.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 356.31 g; W tym cukry: 98.58 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 9.21 g; Sód: 3654.67 mg;	Wartość energetyczna: 3180.74 kcal; Białko ogółem: 137.59 g; Tłuszcz: 103.55 g; Kw. tł. nasy.: 38.92 g; Węglowodany ogółem: 445.58 g; W tym cukry: 83.36 g; Błonnik pok.: 27.71 g; Sól: 9.68 g; Sód: 3870.06 mg;	Wartość energetyczna: 2794.18 kcal; Białko ogółem: 136.50 g; Tłuszcz: 86.25 g; Kw. tł. nasy.: 40.35 g; Węglowodany ogółem: 408.69 g; W tym cukry: 61.22 g; Błonnik pok.: 49.67 g; Sól: 11.91 g; Sód: 4723.91 mg;	Wartość energetyczna: 2601.80 kcal; Białko ogółem: 111.24 g; Tłuszcz: 84.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 356.31 g; W tym cukry: 98.58 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sól: 9.21 g; Sód: 3654.67 mg;	Wartość energetyczna: 2475.37 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 90.29 g; Kw. tł. nasy.: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 335.34 g; W tym cukry: 64.65 g; Błonnik pok.: 34.39 g; Sól: 5.94 g; Sód: 2340.12 mg;	Wartość energetyczna: 3734.11 kcal; Białko ogółem: 167.69 g; Tłuszcz: 123.62 g; Kw. tł. nasy.: 61.36 g; Węglowodany ogółem: 496.59 g; W tym cukry: 122.66 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 7.55 g; Sód: 2995.97 mg;	Wartość energetyczna: 2955.55 kcal; Białko ogółem: 138.05 g; Tłuszcz: 91.60 g; Kw. tł. nasy.: 40.76 g; Węglowodany ogółem: 413.18 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 12.52 g; Sód: 4969.19 mg;	Wartość energetyczna: 2411.27 kcal; Białko ogółem: 138.79 g; Tłuszcz: 73.27 g; Kw. tł. nasy.: 17.46 g; Węglowodany ogółem: 354.63 g; W tym cukry: 79.73 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 4.22 g; Sód: 1677.67 mg;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekko strawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekko strawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab gotowany plastery 50 g Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Sernek 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab gotowany plastery 50 g Dyńa pieczona z natką pietruszki 100 g (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g Dżem 25 g 1 szt Sernek 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80%15g 1 szt Schab gotowany plastery 50 g Rukola 10 g Dyńa pieczona z natką pietruszki 100 g (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab gotowany plastery 50 g Rukola 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sernek 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Schab gotowany plastery 50 g Dyńa pieczona z natką pietruszki 100 g (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g Dżem 25 g 1 szt Sernek 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztet sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR) Rukola 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Sernek 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Mielona Schab gotowany 50 g Dyńa z wody 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Sernek 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zaw. tłuszczu 80%15g 1 szt Schab gotowany plastery 50 g Dyńa pieczona z natką pietruszki 100 g (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g Dżem 25 g 1 szt Ciastka bezglutenowe 50 g (JAJ)	
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80%15g 1 szt Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek świeży 50 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Twarożek 50 g (MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Cukinia pieczona z olejem* 50 g		
	Obiad	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150 g Surówka Coleslaw b/c 200 g (JAJ, MLE, GOR) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150 g Marchew mini gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kluski śląskie* 150 g (JAJ) Marchew mini gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 120 g Marchew mini gotowana z olejem* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150 g Marchew mini gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Jarzynowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 150 g Kotlety sojowe panierowane 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Marchew mini gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Jarzynowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew mini gotowana z olejem* 200 g Ziemniaki gotowane puree 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150 g Marchew mini gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 150 g Marchew mini gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80%15g 1 szt Szyunkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Budyń o smaku śmietankowym z/c na napoju sojowym 200 ml (SOJ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80%15g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Budyń o smaku śmietankowym z/c na napoju sojowym 200 ml (SOJ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL)	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Mielony filet z kurczaka z marchewką 50 g Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kiełbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL)	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80%15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Budyń o smaku śmietankowym z/c na napoju sojowym 200 ml (SOJ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL)
PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Filet z kurczaka gotowany plastery 30 g Ogórek kiszony 50 g			Chrupki kukurydziane 30 g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Filet z kurczaka gotowany plastery 30 g Brokuł gotowany* 50 g		
	Wartość energetyczna: 2350.52 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 83.36 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 313.17 g; W tym cukry: 53.02 g; Błonnik pok.: 28.77 g; Sól: 7.99 g; Sód: 3152.47 mg;	Wartość energetyczna: 2573.63 kcal; Białko ogółem: 122.59 g; Tłuszcz: 81.40 g; Kw. tł. nasy.: 37.24 g; Węglowodany ogółem: 353.73 g; W tym cukry: 79.03 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 8.84 g; Sód: 3537.14 mg;	Wartość energetyczna: 3352.66 kcal; Białko ogółem: 143.56 g; Tłuszcz: 117.52 g; Kw. tł. nasy.: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 420.50 g; W tym cukry: 52.94 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sól: 10.36 g; Sód: 4143.88 mg;	Wartość energetyczna: 2737.84 kcal; Białko ogółem: 140.99 g; Tłuszcz: 91.20 g; Kw. tł. nasy.: 36.25 g; Węglowodany ogółem: 386.06 g; W tym cukry: 42.41 g; Błonnik pok.: 43.98 g; Sól: 10.84 g; Sód: 4322.18 mg;	Wartość energetyczna: 2624.59 kcal; Białko ogółem: 131.95 g; Tłuszcz: 82.65 g; Kw. tł. nasy.: 37.60 g; Węglowodany ogółem: 344.61 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 10.09 g; Sód: 4036.34 mg;	Wartość energetyczna: 2561.09 kcal; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz: 106.71 g; Kw. tł. nasy.: 35.03 g; Węglowodany ogółem: 472.04 g; W tym cukry: 96.44 g; Błonnik pok.: 40.07 g; Sól: 9.04 g; Sód: 3592.86 mg;	Wartość energetyczna: 3459.28 kcal; Białko ogółem: 160.95 g; Tłuszcz: 99.67 g; Kw. tł. nasy.: 42.82 g; Węglowodany ogółem: 472.18 g; W tym cukry: 96.44 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 10.58 g; Sód: 4225.91 mg;	Wartość energetyczna: 3006.82 kcal; Białko ogółem: 153.39 g; Tłuszcz: 89.19 g; Kw. tł. nasy.: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 334.68 g; W tym cukry: 61.06 g; Błonnik pok.: 34.13 g; Sól: 12.05 g; Sód: 4817.27 mg;	Wartość energetyczna: 2514.26 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 94.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 334.68 g; W tym cukry: 49.79 g; Błonnik pok.: 31.62 g; Sól: 5.04 g; Sód: 2007.25 mg;	

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekko strawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekko strawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jabłko 200 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g	Platki jęczmienne na napoju sojowym 400 ml (SOJ, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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.) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jabłko 200 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g 1 szt (MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet z kurczaka gotowany plaster 50 g Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Buraczki gotowane plaster 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g Buraczki gotowane plaster 100 g	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plaster 50 g Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g Buraczki gotowane plaster 100 g	
	II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plaster 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Schab gotowany plaster 30 g Papryka świeża 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Mielony schab z marchewką 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Schab gotowany plaster 30 g Dymia z wody 50 g		
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 150 g Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE.) Cukier 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Kompot owocowy z twarogiem b/c 100 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryz na sypko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE.) Cukier 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 150 g (MLE.) Mieso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Cukier 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Ryz na sypko 150 g Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (SEL.) Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ. może zawierać: ORZ.) Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 100 g Schab gotowany plaster 50 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Schab gotowany plaster 50 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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.) Schab gotowany plaster 50 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Schab gotowany plaster 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Schab gotowany plaster 50 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet z soczewicy*. 100 g (JAJ.) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 szt (MLE. może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Pomidorki koktajlowe 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Mielony schab z marchewką 50 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g Schab gotowany plaster 50 g	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ. może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plaster 100 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 10 g
PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ogórek świeży 50 g			Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g		
	Wartość energetyczna: 2169.55 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 57.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 344.77 g; W tym cukry: 62.96 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 7.19 g; Sód: 2882.65 mg;	Wartość energetyczna: 2209.93 kcal; Białko ogółem: 104.20 g; Tłuszcz: 55.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 347.15 g; W tym cukry: 60.24 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 6.93 g; Sód: 2774.29 mg;	Wartość energetyczna: 2780.98 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 93.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 376.82 g; W tym cukry: 39.99 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sól: 10.38 g; Sód: 4150.98 mg;	Wartość energetyczna: 2693.13 kcal; Białko ogółem: 142.74 g; Tłuszcz: 86.55 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 388.43 g; W tym cukry: 61.37 g; Błonnik pok.: 60.72 g; Sól: 12.14 g; Sód: 4853.11 mg;	Wartość energetyczna: 2128.23 kcal; Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 83.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 343.76 g; W tym cukry: 57.30 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 8.26 g; Sód: 3304.29 mg;	Wartość energetyczna: 2509.42 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 83.36 g; Kw. tł. nasy.: 40.40 g; Węglowodany ogółem: 381.24 g; W tym cukry: 64.94 g; Błonnik pok.: 39.70 g; Sól: 5.72 g; Sód: 2301.82 mg;	Wartość energetyczna: 3100.37 kcal; Białko ogółem: 151.42 g; Tłuszcz: 97.39 g; Kw. tł. nasy.: 45.62 g; Węglowodany ogółem: 432.66 g; W tym cukry: 47.76 g; Błonnik pok.: 36.15 g; Sól: 9.56 g; Sód: 3826.15 mg;	Wartość energetyczna: 2721.11 kcal; Białko ogółem: 145.70 g; Tłuszcz: 72.64 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 397.97 g; W tym cukry: 51.71 g; Błonnik pok.: 36.31 g; Sól: 12.73 g; Sód: 5085.52 mg;	Wartość energetyczna: 2277.36 kcal; Białko ogółem: 120.35 g; Tłuszcz: 73.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 299.88 g; W tym cukry: 44.30 g; Błonnik pok.: 31.40 g; Sól: 4.88 g; Sód: 1939.78 mg;	

		W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekko strawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekko strawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmięśna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-04-08 Środa	Śniadanie	Ryż namleku 400 ml (MLE) 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomarańcza 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż namleku 400 ml (MLE) 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dżem 25 g 1 szt	Ryż na napój sojowy 400 ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Banana 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dżem 25 g 1 szt	Ryż namleku 400 ml (MLE) 110 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż namleku 400 ml (MLE) 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 [Por] x 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZJ, MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Banana 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dżem 25 g 1 szt	Ryż namleku 400 ml (MLE) 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Mielony Szyńska wieprzowa gotowana 50 g Banana 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż namleku 400 ml (MLE) 110 g (GLU PSZ) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Mielony Szyńska wieprzowa gotowana 50 g Banana 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż namleku 400 ml (MLE) 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Kalafior gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na napój sojowy 400 ml (SOJ) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Banana 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dżem 25 g 1 szt Szyńska wieprzowa gotowana plastry 50 g
	II SN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane ki M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Jajko gotowane ki M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Jajko gotowane ki M 1 szt (JAJ) Marchew gotowana z olejem* 50 g	
	Obiad	Kapusiński z kapusty kiszonej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ) Kasza gryczana 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surowka z marchwi i chrzanu b/c 200 g (MLE, SO2) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Kapusiński z kapusty kiszonej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ) Kasza gryczana 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Cukinia gotowana z pomidorami* 80 g Surowka z marchwi i chrzanu b/c 120 g (MLE, SO2) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasotto wegetariańskie z tofu 350 g (SOJ, SEL, GLU JECZ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surowka z marchwi i chrzanu b/c 200 g (MLE, SO2) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Ziemniaki gotowane puree 150 g (MLE) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony (bez glutenu) 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 80 ml Ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Cukier 5 g
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajeczniak z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g	Wafle kukurydziane 35 g Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL)			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek 50 g (MLE)	Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (SEL) Wafle kukurydziane 35 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g Jogurt owocowy z żywnymi kulturami bakterii, brzoskwinia, z wapniem i wit. 150g 1 szt (SOJ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ) Brokuł gotowany* 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Mielony filet z kurczaka z marchewką 50 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Brokuł gotowany* 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1 szt	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Brokuł gotowany* 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Produkt sojowy z żywnymi kulturami bakterii, brzoskwinia, z wapniem i wit. 150g 1 szt (SOJ)
PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Kielbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE)				Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE) Biszkopty b/c 30 g (GLUPSZ, JAJ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Kielbasa Zielenogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR) Dymia z wody 50 g	
		Wartość energetyczna: 2291.61 kcal; Białko ogółem: 104.56 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 346.91 g; W tym cukry: 67.45 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sól: 9.68 g; Sód: 3869.03 mg;	Wartość energetyczna: 2364.74 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 60.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 364.59 g; W tym cukry: 84.23 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 7.70 g; Sód: 3078.76 mg;	Wartość energetyczna: 2888.09 kcal; Białko ogółem: 127.17 g; Tłuszcz: 87.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 419.05 g; W tym cukry: 80.53 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 9.00 g; Sód: 3602.76 mg;	Wartość energetyczna: 2743.94 kcal; Białko ogółem: 127.55 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 403.09 g; W tym cukry: 67.37 g; Błonnik pok.: 50.77 g; Sól: 12.95 g; Sód: 5169.72 mg;	Wartość energetyczna: 2567.24 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasy.: 36.74 g; Węglowodany ogółem: 366.76 g; W tym cukry: 84.50 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 9.45 g; Sód: 3780.76 mg;	Wartość energetyczna: 2314.63 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 65.93 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 375.24 g; W tym cukry: 70.62 g; Błonnik pok.: 45.35 g; Sól: 7.65 g; Sód: 3055.47 mg;	Wartość energetyczna: 3358.37 kcal; Białko ogółem: 149.14 g; Tłuszcz: 110.16 g; Kw. tł. nasy.: 54.05 g; Węglowodany ogółem: 459.33 g; W tym cukry: 100.18 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 7.86 g; Sód: 3141.93 mg;	Wartość energetyczna: 2723.94 kcal; Białko ogółem: 126.33 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 392.14 g; W tym cukry: 59.59 g; Błonnik pok.: 36.00 g; Sól: 12.39 g; Sód: 4949.10 mg;	Wartość energetyczna: 2267.67 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 65.69 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 330.17 g; W tym cukry: 78.33 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 4.57 g; Sód: 1821.43 mg;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekko strawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekko strawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2026-04-09 czwartek	Sniadanie Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidorki koktajlowe 100 g	Sniadanie Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dynia z wody 100 g Sałata zielona 10 g	Sniadanie Kasza manna na napoju sojowym 400 ml (GLU PSZ, SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dynia z wody 100 g Sałata zielona 10 g	Sniadanie Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Sniadanie Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dynia z wody 100 g Sałata zielona 10 g	Sniadanie Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidorki koktajlowe 100 g	Sniadanie Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 150 g	Sniadanie Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna-długo-krojona 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Sniadanie Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dynia z wody 100 g Sałata zielona 10 g	
	II SN		II SN Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 30 g Filet z kurczaka gotowany plasty 30 g	II SN Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany plasty 30 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g			II SN Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Mielony filet z kurczaka z marchewką 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	II SN Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany plasty 30 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g		
	Obiad	Obiad Krem z zielonych warzyw 400 ml (SEL.) Grzanki pszenne () 20 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron Spaghetti 150 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Obiad Krem z zielonych warzyw 400 ml (SEL.) Grzanki pszenne () 20 g (GLU PSZ.) Makaron Spaghetti 150 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron Spaghetti 150 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Obiad Krem z zielonych warzyw 400 ml (SEL.) Grzanki pszenne () 20 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron Spaghetti 150 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Obiad Krem z zielonych warzyw 400 ml (SEL.) Grzanki pełnoziarniste () 20 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 150 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 80 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Obiad Krem z zielonych warzyw 400 ml (SEL.) Grzanki pszenne () 20 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron Spaghetti 150 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Obiad Krem z zielonych warzyw 400 ml (SEL.) Grzanki pszenne () 20 g (GLU PSZ.) Spaghetti warzywno-ziemniaczane z soczewicą 300 g (GLU PSZ, SOJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Obiad Krem z zielonych warzyw 400 ml (SEL.) Grzanki pszenne () 20 g (GLU PSZ.) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 150 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Obiad Krem z zielonych warzyw 400 ml (SEL.) Grzanki pszenne () 20 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron Spaghetti 150 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Obiad Krem z zielonych warzyw 400 ml (SEL.) Grzanki bezglutenowe () 20 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Bitka schabowa duszona (bez glutenu) 100 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD			PD Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	PD Podplomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)			PD Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chrupki kukurydziane 30 g	PD Podplomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
Kolacja	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet z fasoli*. 70 g (JAJ.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab gotowany plasty 50 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Galearetki jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Buraczki gotowane plasty 100 g	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50 g Galearetki o smaku truskawkowym 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.) Buraczki gotowane plasty 100 g	Kolacja Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet z fasoli*. 70 g (JAJ.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab gotowany plasty 50 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Galearetki jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Buraczki gotowane plasty 100 g	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet z fasoli*. 70 g (JAJ.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kolacja Krem z zielonych warzyw 400 ml (SEL.) Grzanki pszenne () 20 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Mielony schab z marchewką 50 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Galearetki jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab gotowany plasty 50 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Buraczki gotowane plasty 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.) Buraczki gotowane plasty 100 g	Kolacja Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50 g Galearetki o smaku truskawkowym 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.) Buraczki gotowane plasty 100 g	
PN				PN Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 50 g			PN Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	PN Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Kalańfort gotowany* 50 g		
	Wartość energetyczna: 2371.98 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 83.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 319.65 g; W tym cukry: 43.13 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sól: 7.57 g; Sód: 3034.71 mg;	Wartość energetyczna: 2475.94 kcal; Białko ogółem: 126.69 g; Tłuszcz: 76.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 330.52 g; W tym cukry: 46.29 g; Błonnik pok.: 20.18 g; Sól: 7.93 g; Sód: 3189.67 mg;	Wartość energetyczna: 2919.24 kcal; Białko ogółem: 126.60 g; Tłuszcz: 100.13 g; Kw. tł. nasy.: 31.04 g; Węglowodany ogółem: 392.30 g; W tym cukry: 41.92 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 7.73 g; Sód: 3111.99 mg;	Wartość energetyczna: 2862.67 kcal; Białko ogółem: 140.99 g; Tłuszcz: 95.88 g; Kw. tł. nasy.: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 413.69 g; W tym cukry: 55.89 g; Błonnik pok.: 56.19 g; Sól: 10.65 g; Sód: 4255.87 mg;	Wartość energetyczna: 2615.94 kcal; Białko ogółem: 139.19 g; Tłuszcz: 86.19 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 331.12 g; W tym cukry: 46.29 g; Błonnik pok.: 20.18 g; Sól: 8.29 g; Sód: 3330.67 mg;	Wartość energetyczna: 2373.23 kcal; Białko ogółem: 103.97 g; Tłuszcz: 81.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 329.69 g; W tym cukry: 41.00 g; Błonnik pok.: 31.81 g; Sól: 6.67 g; Sód: 2667.88 mg;	Wartość energetyczna: 3637.37 kcal; Białko ogółem: 172.80 g; Tłuszcz: 119.17 g; Kw. tł. nasy.: 49.74 g; Węglowodany ogółem: 462.39 g; W tym cukry: 58.87 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 10.30 g; Sód: 4130.58 mg;	Wartość energetyczna: 2832.22 kcal; Białko ogółem: 155.09 g; Tłuszcz: 84.14 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 385.31 g; W tym cukry: 45.60 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 10.88 g; Sód: 4350.05 mg;	Wartość energetyczna: 2384.96 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 90.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 297.31 g; W tym cukry: 36.40 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 3.20 g; Sód: 1282.00 mg;	

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekko strawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekko strawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmięśna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Brzoskwinie w syropie 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g Brzoskwinie w syropie 200 g	Zacierka na napoju sojowym 400 ml (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyunkowa z indyką-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Brzoskwinie w syropie 200 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Szyunkowa z indyką-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g Brzoskwinie w syropie 200 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Brzoskwinie w syropie 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z brzoskwiń 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Brokół gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (<u>SOJ,</u>) Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Brzoskwinie w syropie 200 g
II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Schab gotowany plasty 30 g Papryka świeża 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Mielony schab z marchewką 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Schab gotowany plasty 30 g Dynia duszona z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ,</u>)	
Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba smażona (Dorsz) 120 g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Warzywa po grecku* 80 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba smażona (Dorsz) 120 g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 150 g (<u>MLE,</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 150 g (<u>MLE,</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ryzowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL,</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Warzywa po grecku* (bez glutenu) 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
2026-04-10 piątek	PD		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Mielony filet z kurczaka z marchewką 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Roszponka 10 g	Cukinia pieczona z olejem * 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Roszponka 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Cukinia pieczona z olejem * 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Roszponka 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 [Por]x 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Ogórek kiszony 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Cukinia pieczona z olejem * 100 g Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 [Por]x 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Ogórek kiszony 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Cukinia pieczona z olejem * 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Roszponka 10 g	Cukinia pieczona z olejem * 100 g Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem z olejem -dieta 100 g (<u>JAJ,</u>) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Roszponka 10 g
PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Filet z kurczaka gotowany plasty 30 g Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (<u>MLE,</u>)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>) Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Filet z kurczaka gotowany plasty 30 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g	
	Wartość energetyczna: 2377.40 kcal; Białko ogółem: 107.14 g; Tłuszcz: 93.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 323.18 g; W tym cukry: 65.11 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 9.85 g; Sód: 3944.21 mg;	Wartość energetyczna: 2313.61 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 67.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 326.86 g; W tym cukry: 77.59 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 7.28 g; Sód: 2913.57 mg;	Wartość energetyczna: 2930.52 kcal; Białko ogółem: 131.21 g; Tłuszcz: 105.65 g; Kw. tł. nasy.: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 385.28 g; W tym cukry: 57.89 g; Błonnik pok.: 28.64 g; Sól: 10.17 g; Sód: 4068.01 mg;	Wartość energetyczna: 2685.67 kcal; Białko ogółem: 160.45 g; Tłuszcz: 76.74 g; Kw. tł. nasy.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 388.07 g; W tym cukry: 54.98 g; Błonnik pok.: 49.39 g; Sól: 10.72 g; Sód: 4284.47 mg;	Wartość energetyczna: 2366.61 kcal; Białko ogółem: 126.21 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 326.86 g; W tym cukry: 77.59 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 8.23 g; Sód: 3295.17 mg;	Wartość energetyczna: 2480.64 kcal; Białko ogółem: 102.10 g; Tłuszcz: 96.93 g; Kw. tł. nasy.: 40.22 g; Węglowodany ogółem: 324.31 g; W tym cukry: 64.69 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 8.99 g; Sód: 3601.01 mg;	Wartość energetyczna: 3341.35 kcal; Białko ogółem: 148.18 g; Tłuszcz: 119.15 g; Kw. tł. nasy.: 60.87 g; Węglowodany ogółem: 438.11 g; W tym cukry: 84.87 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 7.55 g; Sód: 3026.62 mg;	Wartość energetyczna: 2802.26 kcal; Białko ogółem: 167.13 g; Tłuszcz: 73.79 g; Kw. tł. nasy.: 30.43 g; Węglowodany ogółem: 390.69 g; W tym cukry: 54.74 g; Błonnik pok.: 34.81 g; Sól: 9.86 g; Sód: 3944.34 mg;	Wartość energetyczna: 2310.97 kcal; Białko ogółem: 106.96 g; Tłuszcz: 85.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 292.38 g; W tym cukry: 53.64 g; Błonnik pok.: 27.79 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1898.60 mg;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekko strawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekko strawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmięсна	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab gotowany plasty 50 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 10 g Pasta warzywna* 100 g (SEL.)	Platki owsiane na napoju sojowym 400 ml (SOJ, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab gotowany plasty 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab gotowany plasty 50 g Kielbasa Zielonogórska- wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pasta warzywna* 100 g (SEL.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Mielony schab z marchewką 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pasta warzywna* 100 g (SEL.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab gotowany plasty 50 g Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Kasza jagłana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 100 g Miód (25g) 2 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pasta warzywna* 100 g (SEL.)	
	II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szyunka szkolna- wp, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szyunka szkolna- wp, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL.)		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 150g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 150g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Buraczki gotowane 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 150g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (SOJ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 150 g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (SOJ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 150 g (MLE.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 150g (GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL.) Ryz na sypko z kurkumą 150 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyunkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Wafle kukurydziane 35 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Mielony schab z marchewką 30 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Wafle kukurydziane 35 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Dyńa pieczona z natką pietruszki 100 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Dyńa pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z indyka gotowany plasty 50 g Dyńa pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Deser sojowy o smaku czekoladowym 125g 1 szt (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Dyńa pieczona z natką pietruszki 100 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Mielony filet z kurczaka z marchewką 50 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Dyńa pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Dyńa pieczona z natką pietruszki 100g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z indyka gotowany plasty 50 g Deser sojowy o smaku czekoladowym 125g 1 szt (SOJ.) Dyńa pieczona z natką pietruszki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
PN			Ogórek kiszony 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.)			Sok tłoczony jabłkowo-gruszkowy NFC 100% 200ml 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Sok tłoczony jabłkowo-gruszkowy NFC 100% 200ml 1 szt Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Kalaifior gotowany* 50 g		
	Wartość energetyczna: 2270.58 kcal; Białko ogółem: 113.86 g; Tłuszcz: 77.52 g; Kw. tł. nasy.: 36.43 g; Węglowodany ogółem: 309.91 g; W tym cukry: 72.34 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 8.79 g; Sód: 3514.79 mg;	Wartość energetyczna: 2322.49 kcal; Białko ogółem: 122.94 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 328.28 g; W tym cukry: 78.33 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 7.42 g; Sód: 2972.76 mg;	Wartość energetyczna: 2844.59 kcal; Białko ogółem: 132.42 g; Tłuszcz: 92.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 392.12 g; W tym cukry: 68.99 g; Błonnik pok.: 30.19 g; Sól: 7.99 g; Sód: 3194.82 mg;	Wartość energetyczna: 2527.81 kcal; Białko ogółem: 140.86 g; Tłuszcz: 69.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.73 g; Węglowodany ogółem: 354.82 g; W tym cukry: 61.27 g; Błonnik pok.: 48.04 g; Sól: 13.14 g; Sód: 5248.22 mg;	Wartość energetyczna: 2381.25 kcal; Białko ogółem: 129.18 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 347.92 g; W tym cukry: 78.90 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 8.46 g; Sód: 3388.76 mg;	Wartość energetyczna: 2297.32 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 71.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.10 g; Węglowodany ogółem: 347.92 g; W tym cukry: 77.24 g; Błonnik pok.: 44.31 g; Sól: 7.41 g; Sód: 2961.77 mg;	Wartość energetyczna: 3249.95 kcal; Białko ogółem: 154.24 g; Tłuszcz: 93.22 g; Kw. tł. nasy.: 43.43 g; Węglowodany ogółem: 469.40 g; W tym cukry: 104.83 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 6.92 g; Sód: 2778.73 mg;	Wartość energetyczna: 2706.01 kcal; Białko ogółem: 145.09 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 370.06 g; W tym cukry: 62.18 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sól: 13.23 g; Sód: 5267.35 mg;	Wartość energetyczna: 2328.80 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Tłuszcz: 69.32 g; Kw. tł. nasy.: 17.56 g; Węglowodany ogółem: 331.70 g; W tym cukry: 83.28 g; Błonnik pok.: 29.32 g; Sól: 3.09 g; Sód: 1235.08 mg;	

		W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekko strawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekko strawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmięсна	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 200 g	Kasza jęczmienna na napoju sojowym 400 ml (SOJ, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 200 g	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 200 g	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztecik sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR.) Jabłko 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 200 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 200 g
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 30 g Ogórek kiszony 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany plasty 30 g Ogórek kiszony 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Mielony filet z kurczaka z marchewką 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany plasty 30 g Brokuł gotowany* 50 g	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Knedle z truskawkami* 300 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy naturalny 150 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 g Cukier 5 g	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka schabowa duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Bitka schabowa duszona (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Orzechy włoskie luskane 30 g (ORZ.)			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Schab gotowany plasty 50 g Dżem 25 g 1 szt Marchew mini gotowana z olejem* 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Schab gotowany plasty 50 g Dżem 25 g 1 szt Marchew mini gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Marchew mini gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Schab gotowany plasty 50 g Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Schab gotowany plasty 50 g Dżem 25 g 1 szt Marchew mini gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Marchew mini gotowana z olejem* 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Mielony schab z marchewką 50 g Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt Marchew mini gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Schab gotowany plasty 50 g Marchew mini gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 2 szt Marchew mini gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szyńska szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szyńska szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c 50 g			Mus z brzoskwiń 150 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szyńska szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Buraczki gotowane plasty 50 g	
		Wartość energetyczna: 2250.00 kcal; Białko ogółem: 115.63 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 313.53 g; W tym cukry: 69.31 g; Błonnik pok.: 33.17 g; Sól: 7.61 g; Sód: 3044.83 mg;	Wartość energetyczna: 2322.62 kcal; Białko ogółem: 118.19 g; Tłuszcz: 71.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 321.25 g; W tym cukry: 72.95 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 7.74 g; Sód: 3095.29 mg;	Wartość energetyczna: 2885.84 kcal; Białko ogółem: 136.61 g; Tłuszcz: 100.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 381.67 g; W tym cukry: 56.14 g; Błonnik pok.: 30.07 g; Sól: 9.92 g; Sód: 3967.57 mg;	Wartość energetyczna: 2631.23 kcal; Białko ogółem: 145.95 g; Tłuszcz: 93.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 351.42 g; W tym cukry: 47.44 g; Błonnik pok.: 49.04 g; Sól: 9.80 g; Sód: 3922.97 mg;	Wartość energetyczna: 2442.67 kcal; Białko ogółem: 127.01 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 321.99 g; W tym cukry: 73.69 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 8.48 g; Sód: 3389.29 mg;	Wartość energetyczna: 2636.30 kcal; Białko ogółem: 90.08 g; Tłuszcz: 84.65 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 428.90 g; W tym cukry: 70.56 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sól: 7.76 g; Sód: 3102.53 mg;	Wartość energetyczna: 3414.45 kcal; Białko ogółem: 152.44 g; Tłuszcz: 100.08 g; Kw. tł. nasy.: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 475.57 g; W tym cukry: 94.01 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 7.53 g; Sód: 3006.37 mg;	Wartość energetyczna: 2701.35 kcal; Białko ogółem: 148.85 g; Tłuszcz: 80.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 375.44 g; W tym cukry: 45.49 g; Błonnik pok.: 36.71 g; Sól: 11.28 g; Sód: 4506.10 mg;	Wartość energetyczna: 2197.63 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 78.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 295.83 g; W tym cukry: 63.26 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1729.93 mg;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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