		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Ryż 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (***GOR,***) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Rukola 10 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (***GOR,***) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż 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,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Brokuł gotowany* 100 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż 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,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (***GOR,***) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Mielony schab z marchewką 50 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) 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 (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g	Ryż 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,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Rukola 10 g
	II ŚN			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	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Rzodkiewka 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,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (***SEL,***)	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem białym 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z truskawek* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Naleśniki z serem beztłuszczowe 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z truskawek* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki bezglutenowe, bezmleczne z jabłkami prażonymi 300 g (***JAJ, SOJ, może zawierać: SOJ, ORZ,***) Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (***SOJ,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 150 g (***GLU PSZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 80 g (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Naleśniki z serem beztłuszczowe 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z truskawek* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Naleśniki z serem białym 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mus z truskawek* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos jarzynowy * 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane puree 150 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Makaron 150 g (***GLU PSZ,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* (bez mleka, glutenu) 400 ml (***SEL,***) Naleśniki bezglutenowe, bezmleczne z jabłkami prażonymi 300 g (***JAJ, SOJ, może zawierać: SOJ, ORZ,***) Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (***SOJ,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plastry 30 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) mielone Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano 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,***) Kanapkowa schabowa- kiełbasa wp. gruborozdrob 50 g (***GLU PSZ, SOJ, GOR,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pomidor 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 zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pasta warzywna* 100 g (***SEL,***)	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 plastry 50 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Produkt sojowy z żywymi kulturami bakterii, jagoda, z wapniem i wit. 150g 1 szt (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pasta warzywna* 100 g (***SEL,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Kanapkowa schabowa- kiełbasa wp. gruborozdrob 50 g (***GLU PSZ, SOJ, GOR,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Pomidor 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,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pasta warzywna* 100 g (***SEL,***)	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 twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pasta warzywna* 100 g (***SEL,***)	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 zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 3 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 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 Filet z kurczaka gotowany plastry 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Produkt sojowy z żywymi kulturami bakterii, jagoda, z wapniem i wit. 150g 1 szt (***SOJ,***) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pasta warzywna* 100 g (***SEL,***)
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Ogórek kiszony 50 g			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g	
		Wartość energetyczna: 2538.66 kcal; Białko ogółem: 106.64 g; Tłuszcz: 94.87 g; Kw. tł. nasy.: 42.92 g; Węglowodany ogółem: 337.69 g; W tym cukry: 85.47 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2399.97 kcal; Białko ogółem: 108.43 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 43.55 g; Węglowodany ogółem: 316.85 g; W tym cukry: 89.98 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2852.33 kcal; Białko ogółem: 127.93 g; Tłuszcz: 92.61 g; Kw. tł. nasy.: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 397.52 g; W tym cukry: 65.46 g; Błonnik pok.: 21.59 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2801.22 kcal; Białko ogółem: 130.28 g; Tłuszcz: 92.41 g; Kw. tł. nasy.: 39.27 g; Węglowodany ogółem: 418.15 g; W tym cukry: 40.40 g; Błonnik pok.: 60.21 g; Sól: 11.83 g;	Wartość energetyczna: 2457.91 kcal; Białko ogółem: 123.15 g; Tłuszcz: 83.71 g; Kw. tł. nasy.: 43.23 g; Węglowodany ogółem: 317.78 g; W tym cukry: 89.99 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2865.72 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 125.87 g; Kw. tł. nasy.: 51.80 g; Węglowodany ogółem: 347.50 g; W tym cukry: 85.21 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sól: 10.81 g;	Wartość energetyczna: 3115.16 kcal; Białko ogółem: 146.03 g; Tłuszcz: 112.87 g; Kw. tł. nasy.: 56.05 g; Węglowodany ogółem: 400.77 g; W tym cukry: 58.95 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2807.50 kcal; Białko ogółem: 129.37 g; Tłuszcz: 94.21 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 386.61 g; W tym cukry: 39.88 g; Błonnik pok.: 33.97 g; Sól: 12.52 g;	Wartość energetyczna: 2342.46 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; Tłuszcz: 73.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 331.96 g; W tym cukry: 64.58 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 4.42 g;

		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-04 wtorek	Śniadanie	Zacierka 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,***) Brzoskwinia 200 g Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Brzoskwinia 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Zacierka 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 Schab gotowany plastry 50 g Brzoskwinia 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Zacierka 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,***) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Brzoskwinia 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Zacierka 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,***) Pasta z twarogu i rzodkiewki 100 g (***MLE,***) Brzoskwinia 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z brzoskwiń 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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 (***MLE,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 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 Schab gotowany plastry 100 g Dżem 25 g 1 szt Brzoskwinia 200 g 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 Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***)			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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Kalafior gotowany* 50 g	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlet schabowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szarpana wieprzowina 100 g (***GLU PSZ,***) Kasza kuskus/sypko 150 g (***GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK,***) Marchew mini gotowana z olejem*. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szarpana wieprzowina 100 g (***GLU PSZ,***) Kasza kuskus/sypko 150 g (***GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK,***) Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew mini gotowana z olejem*. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szarpana wieprzowina 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Marchew mini gotowana z olejem*. 80 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szarpana wieprzowina 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza kuskus/sypko 150 g (***GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK,***) Marchew mini gotowana z olejem*. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza kuskus/sypko 150 g (***GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK,***) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza kuskus/sypko 150 g (***GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK,***) Marchew mini gotowana z olejem*. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szarpana wieprzowina 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny () 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza kuskus/sypko 150 g (***GLU PSZ, może zawierać: RYB, MCK,***) Marchew mini gotowana z olejem*. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml (***SEL,***) Szarpana wieprzowina (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki młode gotowane 150 g Marchew mini gotowana z olejem*. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* 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,***)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki żytnie 30 g (***GLU ŻYT,***)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Biszkopty b/ml 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Płatki pszenne 30 g (***GLU PSZ,***)	
	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,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (***SOJ,***) 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,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (***SOJ,***) Cukinia pieczona z koncentratem * 100 g 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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Cukinia pieczona z koncentratem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (***SOJ,***) 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,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (***SOJ,***) Cukinia pieczona z koncentratem * 100 g 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Brokułowa 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 schab z marchewką 50 g Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Cukinia pieczona z koncentratem * 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,***) Rolada z łopatki wieprzowej pieczona 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (***SOJ,***) Cukinia pieczona z koncentratem * 100 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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Cukinia pieczona z koncentratem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab gotowany plastry 30 g Rzodkiewka 50 g			Chałka 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 120g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab gotowany plastry 30 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g	
		Wartość energetyczna: 2339.54 kcal; Białko ogółem: 107.14 g; Tłuszcz: 84.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 314.81 g; W tym cukry: 63.63 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2605.67 kcal; Białko ogółem: 122.75 g; Tłuszcz: 98.46 g; Kw. tł. nasy.: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 323.58 g; W tym cukry: 65.64 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 7.57 g;	Wartość energetyczna: 3094.27 kcal; Białko ogółem: 144.03 g; Tłuszcz: 123.62 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 372.64 g; W tym cukry: 46.57 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2749.55 kcal; Białko ogółem: 145.45 g; Tłuszcz: 94.51 g; Kw. tł. nasy.: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 379.15 g; W tym cukry: 60.05 g; Błonnik pok.: 50.02 g; Sól: 10.73 g;	Wartość energetyczna: 2658.67 kcal; Białko ogółem: 134.41 g; Tłuszcz: 99.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 323.58 g; W tym cukry: 65.64 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2280.84 kcal; Białko ogółem: 89.04 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 347.62 g; W tym cukry: 74.97 g; Błonnik pok.: 37.34 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 3451.99 kcal; Białko ogółem: 152.80 g; Tłuszcz: 115.27 g; Kw. tł. nasy.: 44.33 g; Węglowodany ogółem: 467.22 g; W tym cukry: 108.93 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 3042.97 kcal; Białko ogółem: 154.40 g; Tłuszcz: 105.23 g; Kw. tł. nasy.: 37.00 g; Węglowodany ogółem: 393.71 g; W tym cukry: 59.78 g; Błonnik pok.: 36.89 g; Sól: 11.52 g;	Wartość energetyczna: 2312.99 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 93.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 275.12 g; W tym cukry: 49.47 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 4.63 g;

		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-05 środa	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,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Banan 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Banan 200 g	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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Banan 200 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Banan 200 g	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,***) Banan 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Mielony filet z kurczaka z marchewką 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 200 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (***MLE,***) 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 (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) 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 Szynka wieprzowa gotowana 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Banan 200 g
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plastry 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab gotowany plastry 30 g Papryka świeża 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab gotowany plastry 30 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Ziemniaki młode gotowane 150 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki młode gotowane 150 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Kluski śląskie* 150 g (***JAJ,***) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem. 80 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki młode gotowane 150 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Pierogi ukraińskie * z masłem 300 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane puree 150 g Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki młode gotowane 150 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (***SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80 ml Ziemniaki młode gotowane 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 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 ŻYT,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ogórek świeży 100 g Mix sałat 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 ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Jogurt sojowy r.smaki 150g 1 szt (***SOJ,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ogórek świeży 100 g Mix sałat 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 ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Schab gotowany plastry 50 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1 szt	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,***) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ogórek świeży 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1 szt	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 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,***) Pieczeń z ryby mielonej (Mintaj) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1 szt	Chleb bezglutenowy 110 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Tuńczyk w sosie własnym 100 g (***RYB,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Jogurt sojowy r.smaki 150g 1 szt (***SOJ,***)
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Kalarepa rozdrobniona z jogurtem 50 g (***MLE,***)			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Ciasto drożdżowe b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g	
		Wartość energetyczna: 2375.27 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 81.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 319.58 g; W tym cukry: 79.40 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2405.34 kcal; Białko ogółem: 117.87 g; Tłuszcz: 75.89 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 326.84 g; W tym cukry: 80.07 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2987.43 kcal; Białko ogółem: 142.14 g; Tłuszcz: 103.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 392.89 g; W tym cukry: 73.89 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2598.06 kcal; Białko ogółem: 145.29 g; Tłuszcz: 76.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 377.61 g; W tym cukry: 49.09 g; Błonnik pok.: 47.86 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2596.11 kcal; Białko ogółem: 137.71 g; Tłuszcz: 87.70 g; Kw. tł. nasy.: 39.17 g; Węglowodany ogółem: 328.18 g; W tym cukry: 81.37 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2725.69 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz: 102.01 g; Kw. tł. nasy.: 42.39 g; Węglowodany ogółem: 377.00 g; W tym cukry: 80.78 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 3340.44 kcal; Białko ogółem: 156.23 g; Tłuszcz: 99.11 g; Kw. tł. nasy.: 53.63 g; Węglowodany ogółem: 442.25 g; W tym cukry: 98.96 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2751.05 kcal; Białko ogółem: 148.62 g; Tłuszcz: 84.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 372.12 g; W tym cukry: 49.37 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 12.06 g;	Wartość energetyczna: 2340.20 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 78.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.99 g; Węglowodany ogółem: 312.49 g; W tym cukry: 75.44 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 4.63 g;

		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Płatki 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,***) Schab gotowany plastry 50 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Papryka świeża 100 g	Płatki 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 plastry 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dynia z wody 100 g Sałata zielona 10 g	Płatki owsiane na napoju sojowym 400 ml (***SOJ, GLU OW,***) 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 plastry 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dynia z wody 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Schab gotowany plastry 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki 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,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Schab gotowany plastry 50 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Papryka świeża 100 g	Płatki 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,***) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dynia z wody 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dynia z wody 100 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) 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 (***MLE,***) Schab gotowany plastry 50 g Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 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 Schab gotowany plastry 50 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g (***SOJ,***) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dynia z wody 100 g
	II ŚN			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 30 g (***SOJ,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Pomidor 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,***) Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 50 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku. 300 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Jabłko 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Hache wieprzowo-warzywne* 150 g (***SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (***GLU JĘCZ,***) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (***GLU JĘCZ,***) Hache wieprzowo-warzywne* 150 g (***SEL,***) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Hache wieprzowo-warzywne* 150 g (***SEL,***) Kasza gryczana 150 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 120 g (***GOR,***) Cukinia gotowana z pomidorami* 80 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (***GLU JĘCZ,***) Hache wieprzowo-warzywne* 150 g (***SEL,***) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Jabłko 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Hache wieprzowo-warzywne* 150 g (***SEL,***) Ziemniaki młode gotowane puree 150 g Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (***GLU JĘCZ,***) Hache wieprzowo-warzywne* 150 g (***SEL,***) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (***SEL,***) Hache wieprzowo-warzywne* 150 g (***SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Tofu 50 g (***SOJ,***)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 30 g			Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) 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,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ser mozzarella 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa z olejem*- podstawa 100 g (***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 (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ser mozzarella 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) 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 Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ser mozzarella 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa z olejem*- podstawa 100 g (***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 (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ser mozzarella 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ser mozzarella 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa z olejem*- podstawa 100 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Ser mozzarella 50 g (***MLE,***) Mielony filet z kurczaka z marchewką 50 g Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) 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,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ser mozzarella 50 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa z olejem* 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 50 g (***SEL,***)			Chrupki kukurydziane 30 g Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 50 g (***GLU PSZ,***)	
		Wartość energetyczna: 2470.72 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz: 93.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.32 g; Węglowodany ogółem: 336.51 g; W tym cukry: 70.62 g; Błonnik pok.: 37.37 g; Sól: 9.52 g;	Wartość energetyczna: 2456.42 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 97.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 300.46 g; W tym cukry: 58.68 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2949.32 kcal; Białko ogółem: 130.14 g; Tłuszcz: 122.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 352.04 g; W tym cukry: 42.82 g; Błonnik pok.: 27.60 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2852.49 kcal; Białko ogółem: 140.82 g; Tłuszcz: 106.29 g; Kw. tł. nasy.: 34.57 g; Węglowodany ogółem: 384.64 g; W tym cukry: 56.07 g; Błonnik pok.: 50.59 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 2614.32 kcal; Białko ogółem: 117.22 g; Tłuszcz: 110.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 302.53 g; W tym cukry: 59.36 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2351.09 kcal; Białko ogółem: 91.01 g; Tłuszcz: 80.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 350.23 g; W tym cukry: 71.10 g; Błonnik pok.: 41.41 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 3169.14 kcal; Białko ogółem: 139.25 g; Tłuszcz: 114.78 g; Kw. tł. nasy.: 38.45 g; Węglowodany ogółem: 419.65 g; W tym cukry: 91.03 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2938.14 kcal; Białko ogółem: 140.10 g; Tłuszcz: 106.45 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 378.74 g; W tym cukry: 52.96 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 10.44 g;	Wartość energetyczna: 2352.28 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; Tłuszcz: 102.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 268.37 g; W tym cukry: 40.36 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 4.07 g;

		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-07 piątek	Śniadanie	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,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 200 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	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,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Miód (25g) 1 szt	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 kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Mus z jabłek () b/c 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Miód (25g) 1 szt	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,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Ogórek świeży 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Miód (25g) 1 szt	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,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	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,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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 (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g	Ryż na napoju sojowym 400 ml (***SOJ,***) Chleb bezglutenowy 110 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka wieprzowa gotowana plastry 100 g Mus z jabłek () b/c 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Miód (25g) 1 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 ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) mielone Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Cukinia pieczona z olejem * 50 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łosoś pieczony 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łosoś pieczony 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Łosoś pieczony 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łosoś pieczony 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łosoś pieczony 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Łosoś pieczony 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane puree 150 g Łosoś pieczony 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Łosoś pieczony 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (***SEL,***) Łosoś pieczony 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez glutenu, mleka) 80 ml Ziemniaki młode gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* 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	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (***MLE,***)			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Mielony schab z marchewką 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	
	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,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Brokuł gotowany* 100 g 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 kurczaka gotowany plastry 50 g Pasta z tofu i marchewki 100 g (***SOJ,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) 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,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Brokuł gotowany* 100 g 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,***) Hummus 100 g (***SEZ,***) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 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 Pasta z tofu i marchewki 100 g (***SOJ,***) Brokuł gotowany* 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (***SOJ,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Brokuł gotowany* 100 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 Filet z kurczaka gotowany plastry 100 g Pasta z tofu i marchewki 100 g (***SOJ,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	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,***) Rzodkiewka 50 g			Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***) Sok z buraków 0,3 L produkt pasteryzowany 1 szt (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Dynia z wody 50 g	
		Wartość energetyczna: 2436.25 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 322.48 g; W tym cukry: 91.90 g; Błonnik pok.: 31.45 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2242.68 kcal; Białko ogółem: 119.87 g; Tłuszcz: 63.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 314.01 g; W tym cukry: 89.82 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2728.57 kcal; Białko ogółem: 129.33 g; Tłuszcz: 91.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.74 g; Węglowodany ogółem: 368.89 g; W tym cukry: 74.70 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2781.87 kcal; Białko ogółem: 153.83 g; Tłuszcz: 99.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.50 g; Węglowodany ogółem: 364.27 g; W tym cukry: 53.40 g; Błonnik pok.: 47.45 g; Sól: 10.01 g;	Wartość energetyczna: 2293.64 kcal; Białko ogółem: 129.23 g; Tłuszcz: 65.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 314.74 g; W tym cukry: 90.24 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2441.25 kcal; Białko ogółem: 105.40 g; Tłuszcz: 88.15 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 329.53 g; W tym cukry: 97.10 g; Błonnik pok.: 31.45 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 3197.69 kcal; Białko ogółem: 149.35 g; Tłuszcz: 101.99 g; Kw. tł. nasy.: 45.64 g; Węglowodany ogółem: 447.42 g; W tym cukry: 129.46 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2615.84 kcal; Białko ogółem: 159.12 g; Tłuszcz: 75.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 347.96 g; W tym cukry: 47.32 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 12.04 g;	Wartość energetyczna: 2308.42 kcal; Białko ogółem: 128.05 g; Tłuszcz: 73.11 g; Kw. tł. nasy.: 17.28 g; Węglowodany ogółem: 302.44 g; W tym cukry: 71.37 g; Błonnik pok.: 34.82 g; Sól: 3.63 g;

		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-08 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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 (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Brzoskwinia 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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 (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 10 g Brzoskwinie w syropie 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na napoju sojowym 400 ml (***SOJ, GLU JĘCZ,***) 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,***) Sałata zielona 10 g Brzoskwinie w syropie 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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 (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Schab gotowany plastry 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Brzoskwinie w syropie 200 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) 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,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Brzoskwinia 200 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Mielony schab z marchewką 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Mus z brzoskwiń 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Cukinia pieczona z olejem * 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 Schab gotowany plastry 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Brzoskwinie w syropie 200 g
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE,***) Pomidorki koktajlowe 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek 50 g (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Twarożek z ziołami 50 g (***MLE,***) Bróku gotowany* 50 g	
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy. 150 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy. 150 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Marchew mini gotowana z olejem*. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy. 150 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Marchew mini gotowana z olejem*. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy. 150 g (***GLU PSZ,***) Kasza gryczana 150 g Cukinia pieczona z olejem * 80 g Surówka z marchwi i jabłka z oliwą b/c 120 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy. 150 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Marchew mini gotowana z olejem*. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Knedle z truskawkami * 300 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (***MLE,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z oliwą b/c 200 g Cukier 5 g	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos pietruszkowy* 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane puree 150 g Marchew mini gotowana z olejem*. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy. 150 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Marchew mini gotowana z olejem*. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy. (bez glutenu) 150 g Ziemniaki młode gotowane 150 g Marchew mini gotowana z olejem*. 200 g Kompot owocowy z truskawkami* 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,***)	Wafle kukurydziane 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Chrupki kukurydziane 30 g	Wafle kukurydziane 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,***) Pasztet z soczewicy* 70 g (***JAJ,***) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Sałatka wiosenna 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,***) Indyk gotowany plastry 50 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Buraczki gotowane plastry 100 g 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 Indyk gotowany plastry 50 g Deser sojowy o smaku czekoladowym 125g 1 szt (***SOJ,***) Buraczki gotowane plastry 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasztet z soczewicy* 70 g (***JAJ,***) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Sałatka wiosenna 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,***) Indyk gotowany plastry 50 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Buraczki gotowane plastry 100 g 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,***) Pasztet z soczewicy* 70 g (***JAJ,***) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Sałatka wiosenna 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Mielony indyk z marchewką 50 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Buraczki gotowane 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,***) Indyk gotowany plastry 50 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Buraczki gotowane plastry 100 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 Indyk gotowany plastry 100 g Deser sojowy o smaku czekoladowym 125g 1 szt (***SOJ,***) Buraczki gotowane plastry 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Pomidor 50 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (***SOJ, SEL,***) Kalafior gotowany* 50 g	
		Wartość energetyczna: 2301.81 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 76.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 324.91 g; W tym cukry: 67.85 g; Błonnik pok.: 36.97 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2310.57 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 75.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 309.93 g; W tym cukry: 79.91 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2831.54 kcal; Białko ogółem: 123.07 g; Tłuszcz: 104.17 g; Kw. tł. nasy.: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 373.51 g; W tym cukry: 70.63 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 8.77 g;	Wartość energetyczna: 2808.50 kcal; Białko ogółem: 140.00 g; Tłuszcz: 87.58 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 393.54 g; W tym cukry: 54.84 g; Błonnik pok.: 54.07 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2407.32 kcal; Białko ogółem: 131.61 g; Tłuszcz: 79.03 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 309.93 g; W tym cukry: 79.91 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2597.75 kcal; Białko ogółem: 97.37 g; Tłuszcz: 79.00 g; Kw. tł. nasy.: 36.60 g; Węglowodany ogółem: 410.64 g; W tym cukry: 70.78 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 3032.21 kcal; Białko ogółem: 144.40 g; Tłuszcz: 95.71 g; Kw. tł. nasy.: 43.02 g; Węglowodany ogółem: 418.71 g; W tym cukry: 95.88 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2663.41 kcal; Białko ogółem: 140.97 g; Tłuszcz: 84.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 339.32 g; W tym cukry: 58.22 g; Błonnik pok.: 33.95 g; Sól: 12.63 g;	Wartość energetyczna: 2390.13 kcal; Białko ogółem: 121.97 g; Tłuszcz: 85.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 298.35 g; W tym cukry: 67.69 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 3.33 g;

		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-09 niedziela	Śniadanie	Ryż 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Mix sałat 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Dżem 25 g 1 szt	Ryż 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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Dżem 25 g 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Schab gotowany plastry 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Dżem 25 g 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml mielone Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Dżem 25 g 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g	Ryż na napoju sojowym 400 ml (***SOJ,***) Chleb bezglutenowy 110 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g Dżem 25 g 1 szt Schab gotowany 100 g
	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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 50 g			Mielony schab z marchewką 30 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) 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 koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza bulgur 150 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 200 g Kompot owocowy z truskawkami* 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 koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Brokuł gotowany* (z oliwą) 200 g Kompot owocowy z truskawkami* 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 koperkowy *(bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Pyzy ziemniaczane* 150 g Brokuł gotowany* (z oliwą) 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza bulgur 150 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 120 g Brokuł gotowany* (z oliwą) 80 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Brokuł gotowany* (z oliwą) 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Kotlety sojowe panierowane 100 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kasza bulgur 150 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane puree 150 g Brokuł gotowany* (z oliwą) 200 g Kompot owocowy z truskawkami* 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 koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Brokuł gotowany* (z oliwą) 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 80 ml Brokuł gotowany* (z oliwą) 200 g Ziemniaki młode gotowane 150 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD			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 30 g (***SOJ,***)	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***)			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Mielony filet z kurczaka z marchewką 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***)	
	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 plastry 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***) 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,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 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,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Budyń o smaku śmietankowym n/sojowy b/c 200 ml (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Tofu 100 g (***SOJ,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 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,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 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,***) Pasta z tofu i papryki 50 g (***SOJ,***) Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Mielony schab z marchewką 50 g Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)	Chleb bezglutenowy 110 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Tofu 100 g (***SOJ,***) Budyń o smaku śmietankowym n/sojowy b/c 200 ml (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Rzodkiewka rozdrobniona z jogurtem 50 g (***MLE,***)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Ciasto drożdżowe b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Buraczki gotowane plastry 50 g	
		Wartość energetyczna: 2402.70 kcal; Białko ogółem: 121.77 g; Tłuszcz: 82.04 g; Kw. tł. nasy.: 39.26 g; Węglowodany ogółem: 316.69 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2359.42 kcal; Białko ogółem: 130.14 g; Tłuszcz: 72.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.77 g; Węglowodany ogółem: 313.00 g; W tym cukry: 75.62 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2976.08 kcal; Białko ogółem: 143.61 g; Tłuszcz: 107.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 377.38 g; W tym cukry: 46.08 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 2881.20 kcal; Białko ogółem: 154.29 g; Tłuszcz: 88.51 g; Kw. tł. nasy.: 42.53 g; Węglowodany ogółem: 410.91 g; W tym cukry: 63.62 g; Błonnik pok.: 50.68 g; Sól: 9.81 g;	Wartość energetyczna: 2456.17 kcal; Białko ogółem: 147.31 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 313.00 g; W tym cukry: 75.62 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2462.66 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 86.46 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 341.62 g; W tym cukry: 69.15 g; Błonnik pok.: 37.49 g; Sól: 5.35 g;	Wartość energetyczna: 3552.24 kcal; Białko ogółem: 175.97 g; Tłuszcz: 118.40 g; Kw. tł. nasy.: 54.48 g; Węglowodany ogółem: 435.90 g; W tym cukry: 85.08 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sól: 8.73 g;	Wartość energetyczna: 2794.84 kcal; Białko ogółem: 153.79 g; Tłuszcz: 85.76 g; Kw. tł. nasy.: 41.71 g; Węglowodany ogółem: 378.70 g; W tym cukry: 61.32 g; Błonnik pok.: 32.30 g; Sól: 11.19 g;	Wartość energetyczna: 2378.16 kcal; Białko ogółem: 135.25 g; Tłuszcz: 84.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 285.76 g; W tym cukry: 46.49 g; Błonnik pok.: 32.52 g; Sól: 5.42 g;

		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Papryka świeża 100 g	Płatki 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Dynia pieczona z natką pietruszki 100 g (***GLU PSZ,***)	Płatki owsiane na napoju sojowym 400 ml (***SOJ, GLU OW,***) 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Dynia pieczona z natką pietruszki 100 g (***GLU PSZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 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 Papryka świeża 100 g	Płatki 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Schab gotowany plastry 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Dynia pieczona z natką pietruszki 100 g (***GLU PSZ,***)	Płatki 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,***) Pasztet sojowy z pomidorami 100 g (***SOJ, GOR,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 100 g	Płatki 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 Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Dynia pieczona z natką pietruszki 100 g (***GLU PSZ,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) 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 (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dynia pieczona z natką pietruszki 100 g (***GLU PSZ,***)	Kasza kukurydziana 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,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Dynia pieczona z natką pietruszki (bez glutenu) 100 g
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 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,***) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (***SOJ,***) Brokuł gotowany* 50 g	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kluski leniwe z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ,***) Mus z truskawek* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kluski leniwe z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ,***) Mus z truskawek* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Ryz na sypko 150 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Ryz na sypko (brazowy) 150 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z truskawek* b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kluski leniwe z serem 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ,***) Mus z truskawek* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryz na sypko 150 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z truskawek* b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryz na sypko 150 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z truskawek* b/c 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (***SEL,***) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) b/gl 120 g (***JAJ, SEL,***) Ryz na sypko 150 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plastry 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Podplomyki b/c 30 g (***GLU PSZ, MLE,***)			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Podplomyki b/c 30 g (***GLU PSZ, MLE,***)	
	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 wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Buraczki z jabłkiem b/c 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,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Buraczki z jabłkiem b/c 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,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Produkt sojowy z żywymi kulturami bakterii, brzoskwinia, z wapniem i wit. 150g 1 szt (***SOJ,***) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g 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 (***MLE,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Buraczki z jabłkiem b/c 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,***) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g 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 (***MLE,***) Produkt sojowy z żywymi kulturami bakterii, brzoskwinia, z wapniem i wit. 150g 1 szt (***SOJ,***) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Buraczki z jabłkiem b/c 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,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z indyka gotowany plastry 100 g Produkt sojowy z żywymi kulturami bakterii, brzoskwinia, z wapniem i wit. 150g 1 szt (***SOJ,***) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Pomidor 50 g			Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (***SEL,***)	
		Wartość energetyczna: 2553.32 kcal; Białko ogółem: 103.47 g; Tłuszcz: 81.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 377.42 g; W tym cukry: 107.70 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2561.72 kcal; Białko ogółem: 105.19 g; Tłuszcz: 75.30 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 378.35 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2939.31 kcal; Białko ogółem: 127.58 g; Tłuszcz: 109.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 380.73 g; W tym cukry: 54.42 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2608.49 kcal; Białko ogółem: 128.82 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 386.59 g; W tym cukry: 70.29 g; Błonnik pok.: 49.76 g; Sól: 9.59 g;	Wartość energetyczna: 2658.47 kcal; Białko ogółem: 122.37 g; Tłuszcz: 78.45 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 378.35 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2629.91 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 87.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 394.92 g; W tym cukry: 116.78 g; Błonnik pok.: 30.55 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2952.06 kcal; Białko ogółem: 135.01 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 443.03 g; W tym cukry: 95.94 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2653.74 kcal; Białko ogółem: 130.85 g; Tłuszcz: 74.60 g; Kw. tł. nasy.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 387.13 g; W tym cukry: 61.81 g; Błonnik pok.: 33.30 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 2293.05 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 86.48 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 290.47 g; W tym cukry: 50.77 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 3.40 g;

		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Makaron 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Banan 200 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Banan 200 g Miód (25g) 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron 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 Schab gotowany plastry 50 g Banan 200 g Miód (25g) 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Ogórek świeży 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 3 szt (***MLE,***) Miód (25g) 1 szt Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 g	Makaron 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,***) Banan 200 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Banan 200 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml mielone Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***)	Makaron na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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 (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix sałat 10 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 Schab gotowany plastry 100 g Banan 200 g Mix sałat 10 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 50 g			Mielony schab z marchewką 50 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Cukinia pieczona z olejem * 50 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Szpinak gotowany z oliwą* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Szpinak gotowany z oliwą* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Szpinak gotowany z oliwą* 80 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 120 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Szpinak gotowany z oliwą* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane puree 150 g Szpinak gotowany z oliwą* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos ziołowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Szpinak gotowany z oliwą* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Solferino (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (***SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Szpinak gotowany z oliwą (bez glutenu)* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD			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 30 g	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (***GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ,***) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Mielony filet z kurczaka z marchewką 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***)	Wafle kukurydziane 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,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt typu islandzkiego rożne smaki Skyr 150g 1 szt (***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,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt typu islandzkiego rożne smaki Skyr 150g 1 szt (***MLE,***)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (***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 Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g 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 (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Pomidor 100 g Sałata zielona 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 ŻYT,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt typu islandzkiego rożne smaki Skyr 150g 1 szt (***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 rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1 szt	Solferino * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona 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 ŻYT,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasztet rybny z warzywami (Łosoś) ** 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrów 150g 1 szt	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (***SOJ,***) Chleb bezglutenowy 110 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Turkuczyk w sosie własnym 100 g (***RYB,***) Brokuł gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab gotowany plastry 30 g Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (***MLE,***)			Chrupki kukurydziane 30 g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab gotowany plastry 30 g Dynia z wody 50 g	
		Wartość energetyczna: 2622.06 kcal; Białko ogółem: 126.49 g; Tłuszcz: 78.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 383.94 g; W tym cukry: 100.10 g; Błonnik pok.: 39.71 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2470.10 kcal; Białko ogółem: 124.78 g; Tłuszcz: 58.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 379.34 g; W tym cukry: 109.42 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 3011.49 kcal; Białko ogółem: 142.56 g; Tłuszcz: 88.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 430.94 g; W tym cukry: 92.76 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2917.79 kcal; Białko ogółem: 149.90 g; Tłuszcz: 94.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 419.20 g; W tym cukry: 49.11 g; Błonnik pok.: 62.12 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2611.13 kcal; Białko ogółem: 128.77 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 381.35 g; W tym cukry: 111.37 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2677.08 kcal; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 91.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 385.76 g; W tym cukry: 105.07 g; Błonnik pok.: 44.91 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 3524.32 kcal; Białko ogółem: 158.08 g; Tłuszcz: 108.92 g; Kw. tł. nasy.: 50.90 g; Węglowodany ogółem: 497.73 g; W tym cukry: 111.83 g; Błonnik pok.: 33.61 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 2730.03 kcal; Białko ogółem: 145.35 g; Tłuszcz: 72.98 g; Kw. tł. nasy.: 31.86 g; Węglowodany ogółem: 370.49 g; W tym cukry: 44.36 g; Błonnik pok.: 34.88 g; Sól: 11.69 g;	Wartość energetyczna: 2274.34 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 59.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.40 g; Węglowodany ogółem: 326.34 g; W tym cukry: 88.64 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 4.25 g;

		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-12 środa	Śniadanie	Ryż 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (***GOR,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Buraczki gotowane plastry 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż na napoju sojowym 400 ml (***SOJ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Buraczki gotowane plastry 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (***GOR,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż 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,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Buraczki gotowane plastry 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Ogórek kwaszony małosolny 100 g (***GOR,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Mielony schab z marchewką 50 g Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Ryż na mleku 400 ml (***MLE,***) 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 (***MLE,***) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Buraczki gotowane plastry 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż 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 Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Buraczki gotowane plastry 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Papryka świeża 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,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Brokuł gotowany* 50 g	
	Obiad	Krem z dyni* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szarpana wołowina 100 g Kasza gryczana 150 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałata zielona z kefirem 60 g (***MLE,***) Marchew mini gotowana z olejem* 140 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Grzanki pszenne () 20 g (***GLU PSZ,***) Cukier 5 g	Krem z dyni* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szarpana wołowina 100 g Kasza jaglana na sypko 150 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew mini gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Grzanki pszenne () 20 g (***GLU PSZ,***) Cukier 5 g	Krem z dyni* (bez mleka, glutenu) 400 ml (***SEL,***) Szarpana wołowina 100 g Kopytka ziemniaczane * 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew mini gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Grzanki pszenne () 20 g (***GLU PSZ,***) Cukier 5 g	Krem z dyni* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza gryczana 150 g Szarpana wołowina 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałata zielona z kefirem 60 g (***MLE,***) Marchew mini gotowana z olejem* 140 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Grzanki pełnoziarniste () 20 g (***GLU PSZ,***)	Krem z dyni* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szarpana wołowina 100 g Kasza jaglana na sypko 150 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew mini gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Grzanki pszenne () 20 g (***GLU PSZ,***) Cukier 5 g	Krem z dyni* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kopytka ziemniaczane * 300 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałata zielona z kefirem 60 g (***MLE,***) Marchew mini gotowana z olejem* 140 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Grzanki pszenne () 20 g (***GLU PSZ,***) Cukier 5 g	Krem z dyni* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane puree 150 g Mięso wołowe mielone z marchewką 120 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew mini gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Krem z dyni* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jaglana na sypko 150 g Szarpana wołowina 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Marchew mini gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Grzanki pszenne () 20 g (***GLU PSZ,***)	Krem z dyni* (bez mleka, glutenu) 400 ml (***SEL,***) Szarpana wołowina 100 g Kasza jaglana na sypko 150 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml (***SEL,***) Marchew mini gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Grzanki bezglutenowe () 20 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Cukier 5 g
	PD			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 30 g (***SOJ,***)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Orzechy włoskie łuskane 30 g (***ORZ,***)			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 30 g	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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Serek Almette mini 30g 2 szt (***MLE,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (***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 (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Serek Almette mini 30g 2 szt (***MLE,***) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pasta warzywna* 100 g (***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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Produkt sojowy z żywymi kulturami bakterii, jagoda, z wapniem i wit. 150g 1 szt (***SOJ,***) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pasta warzywna* 100 g (***SEL,***)	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek Almette mini 30g 2 szt (***MLE,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (***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 (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Serek Almette mini 30g 2 szt (***MLE,***) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pasta warzywna* 100 g (***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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Serek Almette mini 30g 2 szt (***MLE,***) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (***SEL,***)	Krem z dyni* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) mielone Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Serek Almette mini 30g 2 szt (***MLE,***) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pasta warzywna* 100 g (***SEL,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Serek Almette mini 30g 2 szt (***MLE,***) Pasta warzywna* 100 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Produkt sojowy z żywymi kulturami bakterii, jagoda, z wapniem i wit. 150g 1 szt (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pasta warzywna* 100 g (***SEL,***)
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Biszkopty 30 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Kalafior gotowany* 50 g	
		Wartość energetyczna: 2241.76 kcal; Białko ogółem: 98.14 g; Tłuszcz: 80.90 g; Kw. tł. nasy.: 37.79 g; Węglowodany ogółem: 307.31 g; W tym cukry: 54.01 g; Błonnik pok.: 33.50 g; Sól: 10.31 g;	Wartość energetyczna: 2375.93 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 82.89 g; Kw. tł. nasy.: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 326.40 g; W tym cukry: 65.69 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2935.18 kcal; Białko ogółem: 125.78 g; Tłuszcz: 102.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 396.57 g; W tym cukry: 61.83 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 9.75 g;	Wartość energetyczna: 2739.27 kcal; Białko ogółem: 131.43 g; Tłuszcz: 105.81 g; Kw. tł. nasy.: 41.83 g; Węglowodany ogółem: 368.26 g; W tym cukry: 53.27 g; Błonnik pok.: 53.46 g; Sól: 12.03 g;	Wartość energetyczna: 2603.83 kcal; Białko ogółem: 113.70 g; Tłuszcz: 100.92 g; Kw. tł. nasy.: 40.39 g; Węglowodany ogółem: 328.76 g; W tym cukry: 66.38 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2899.71 kcal; Białko ogółem: 89.64 g; Tłuszcz: 117.73 g; Kw. tł. nasy.: 48.25 g; Węglowodany ogółem: 393.99 g; W tym cukry: 64.45 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 3035.43 kcal; Białko ogółem: 138.15 g; Tłuszcz: 109.38 g; Kw. tł. nasy.: 53.58 g; Węglowodany ogółem: 400.49 g; W tym cukry: 99.97 g; Błonnik pok.: 33.97 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2791.87 kcal; Białko ogółem: 130.60 g; Tłuszcz: 89.06 g; Kw. tł. nasy.: 39.80 g; Węglowodany ogółem: 392.92 g; W tym cukry: 55.33 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sól: 11.42 g;	Wartość energetyczna: 2278.31 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 89.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 289.13 g; W tym cukry: 55.65 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sól: 4.94 g;

		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	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,***) Kanapkowa schabowa- kiełbasa wp. gruborozdrob 50 g (***GLU PSZ, SOJ, GOR,***) Papryka świeża 100 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Dżem 25 g 1 szt Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Kanapkowa schabowa- kiełbasa wp. gruborozdrob 50 g (***GLU PSZ, SOJ, GOR,***) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Dżem 25 g 1 szt Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Pasztet sojowy z pieczarkami 113g 1 szt (***SOJ, GOR,***) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Mielony filet z kurczaka z marchewką 50 g Dżem 25 g 1 szt Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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 (***MLE,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana 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 plastry 100 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g
	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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 50 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) mielone Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Buraczki gotowane plastry 50 g	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) Onkologia 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron Spaghetti 150 g (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) Onkologia 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron Spaghetti 150 g (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) Onkologia 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron Spaghetti 150 g (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) Onkologia 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 150 g (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 80 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (***SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) Onkologia 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron Spaghetti 150 g (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 150 g (***GLU PSZ,***) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (***MLE,***) Mus z truskawek* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos pomidorowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane puree 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) Onkologia 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron Spaghetti 150 g (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, glutenu) * 400 ml (***SEL,***) Łopatka wieprzowa pieczona 100 g Ziemniaki młode gotowane 150 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g
	PD			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 30 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***)			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***)	
	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,***) Schab gotowany plastry 50 g 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,***) Szynka wieprzowa gotowana plastry 50 g Pasta z tofu i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Mus z jabłek () b/c 150 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,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka wieprzowa gotowana plastry 50 g Pasta z tofu i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g 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 (***MLE,***) Pasta z tofu i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Szynka wieprzowa gotowana plastry 50 g 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,***) Szynka wieprzowa gotowana plastry 50 g Pasta z tofu i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Mus z jabłek () b/c 150 g 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 (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 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,***) Mielona szynka wp z marchewką 50 g Pasta z tofu i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Mus z jabłek () b/c 150 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,***) Szynka wieprzowa gotowana plastry 50 g Pasta z tofu i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Kalafior gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka wieprzowa gotowana plastry 100 g Pasta z tofu i szpinaku 100 g (***SOJ,***) Mus z jabłek () b/c 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (***MLE,***)				Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (***SEL,***)	
		Wartość energetyczna: 2409.50 kcal; Białko ogółem: 119.13 g; Tłuszcz: 89.74 g; Kw. tł. nasy.: 39.67 g; Węglowodany ogółem: 311.14 g; W tym cukry: 61.91 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2492.69 kcal; Białko ogółem: 115.75 g; Tłuszcz: 88.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 325.79 g; W tym cukry: 72.97 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 3004.30 kcal; Białko ogółem: 136.42 g; Tłuszcz: 116.27 g; Kw. tł. nasy.: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 375.46 g; W tym cukry: 57.37 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2820.87 kcal; Białko ogółem: 138.40 g; Tłuszcz: 104.62 g; Kw. tł. nasy.: 41.71 g; Węglowodany ogółem: 385.06 g; W tym cukry: 56.18 g; Błonnik pok.: 55.62 g; Sól: 9.76 g;	Wartość energetyczna: 2562.69 kcal; Białko ogółem: 131.11 g; Tłuszcz: 89.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.27 g; Węglowodany ogółem: 325.79 g; W tym cukry: 72.97 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2406.24 kcal; Białko ogółem: 88.02 g; Tłuszcz: 97.42 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 322.74 g; W tym cukry: 80.48 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 3317.85 kcal; Białko ogółem: 148.51 g; Tłuszcz: 111.26 g; Kw. tł. nasy.: 48.45 g; Węglowodany ogółem: 447.63 g; W tym cukry: 104.59 g; Błonnik pok.: 33.81 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2830.10 kcal; Białko ogółem: 137.82 g; Tłuszcz: 105.34 g; Kw. tł. nasy.: 41.53 g; Węglowodany ogółem: 353.58 g; W tym cukry: 47.33 g; Błonnik pok.: 33.45 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 2364.10 kcal; Białko ogółem: 133.12 g; Tłuszcz: 83.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 284.79 g; W tym cukry: 61.41 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 3.86 g;

		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Zacierka 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,***) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (***MLE,***) Nektarynka 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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,***) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (***MLE,***) Arbuz 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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 Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Arbuz 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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,***) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Arbuz 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka 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,***) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (***MLE,***) Nektarynka 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Arbuz 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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 (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 indyka gotowany plastry 100 g Arbuz 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Miód (25g) 1 szt
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Ogórek świeży 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 plastry 30 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba smażona (Dorsz) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Surówka z kapusty młodej z olejem 200 g Cukier 5 g	Ryżowa* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Warzywa po grecku* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Warzywa po grecku* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (***RYB,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Warzywa po grecku* 80 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty młodej z olejem 120 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Warzywa po grecku* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba smażona (Dorsz) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Surówka z kapusty młodej z olejem 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ryżowa* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane puree 150 g Warzywa po grecku* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Warzywa po grecku* 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (***RYB,***) Sos cytrynowy (bez glutenu, mleka) 80 ml Warzywa po grecku* (bez glutenu) 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z truskawkami* 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 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,***) Mielony schab z marchewką 30 g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***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 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,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kalarepa rozdrobniona z jogurtem 100 g (***MLE,***) Mix sałat 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 100 g Mix sałat 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 100 g Mix sałat 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 (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Kalarepa rozdrobniona z jogurtem 100 g (***MLE,***) Mix sałat 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 100 g Mix sałat 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 3 szt (***MLE,***) Kalarepa rozdrobniona z jogurtem 100 g (***MLE,***) Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (***MLE, SEL,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) mielone Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Mielony filet z kurczaka z marchewką 50 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (***SOJ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Dynia z wody 50 g	
		Wartość energetyczna: 2319.05 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; Tłuszcz: 81.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 316.82 g; W tym cukry: 69.09 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2267.32 kcal; Białko ogółem: 112.13 g; Tłuszcz: 66.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 319.32 g; W tym cukry: 78.03 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sól: 6.64 g;	Wartość energetyczna: 2733.02 kcal; Białko ogółem: 135.48 g; Tłuszcz: 89.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 364.07 g; W tym cukry: 57.47 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2571.65 kcal; Białko ogółem: 136.33 g; Tłuszcz: 74.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 360.90 g; W tym cukry: 71.73 g; Błonnik pok.: 48.29 g; Sól: 11.23 g;	Wartość energetyczna: 2337.32 kcal; Białko ogółem: 127.49 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 319.32 g; W tym cukry: 78.03 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2411.78 kcal; Białko ogółem: 101.06 g; Tłuszcz: 93.31 g; Kw. tł. nasy.: 38.91 g; Węglowodany ogółem: 318.52 g; W tym cukry: 70.78 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 3149.49 kcal; Białko ogółem: 152.03 g; Tłuszcz: 98.01 g; Kw. tł. nasy.: 44.15 g; Węglowodany ogółem: 430.57 g; W tym cukry: 84.30 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2674.13 kcal; Białko ogółem: 139.64 g; Tłuszcz: 70.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 364.52 g; W tym cukry: 64.84 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 11.89 g;	Wartość energetyczna: 2303.01 kcal; Białko ogółem: 129.18 g; Tłuszcz: 69.80 g; Kw. tł. nasy.: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; W tym cukry: 72.41 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 3.39 g;

		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne 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,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidorki koktajlowe 100 g	Płatki pszenne 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,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Płatki pszenne 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 kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 200 g	Płatki pszenne 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,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne 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,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Jabłko pieczone 200 g	Płatki pszenne 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,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidorki koktajlowe 100 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 110 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Mielony filet z kurczaka z marchewką 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 150 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wieprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (***SOJ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Ryż na napoju sojowym 400 ml (***SOJ,***) Chleb bezglutenowy 110 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata 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 Schab gotowany plastry 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab gotowany plastry 30 g Papryka świeża 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,***) Schab gotowany plastry 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (***SEL,***)	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza gryczana 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza gryczana 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 80 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 120 g (***GOR,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza gryczana 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane puree 150 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy * 80 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos koperkowy *(b/gl, b/ml) 80 ml Ziemniaki młode gotowane 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z truskawkami* 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,***)	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Wafle ryżowe 30 g			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) mielone Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***)	Wafle ryżowe 30 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***)	
	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,***) Szynka wieprzowa gotowana plastry 50 g Surówka z marchwi z olejem b/c 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,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Szynka wieprzowa gotowana plastry 50 g Dynia z wody 100 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 Szynka wieprzowa gotowana plastry 50 g Budyń o smaku waniliowym b/c n/napoju sojowym 200 ml (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Szynka wieprzowa gotowana plastry 50 g Dynia z wody 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka wieprzowa gotowana plastry 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,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Szynka wieprzowa gotowana plastry 50 g Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dynia z wody 100 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,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***) 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,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Mielony schab z marchewką 50 g Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Dynia z wody 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 50 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Dynia z wody 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Szynka wieprzowa gotowana plastry 50 g	Chleb bezglutenowy 110 g (***SEZ, może zawierać: ORZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka wieprzowa gotowana plastry 100 g Budyń o smaku waniliowym b/c n/napoju sojowym 200 ml (***SOJ,***) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Dynia z wody 100 g
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Ogórek świeży 50 g			Bułka maślana b/ml 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, może zawierać: SOJ, SEZ, GLU OW,***) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (***MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (***SOJ,***) Cukinia pieczona z olejem * 50 g	
		Wartość energetyczna: 2285.78 kcal; Białko ogółem: 110.85 g; Tłuszcz: 83.36 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 303.71 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2372.76 kcal; Białko ogółem: 120.39 g; Tłuszcz: 68.39 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 335.61 g; W tym cukry: 103.08 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2847.31 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 95.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 379.56 g; W tym cukry: 74.28 g; Błonnik pok.: 32.98 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2696.09 kcal; Białko ogółem: 159.79 g; Tłuszcz: 82.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 379.22 g; W tym cukry: 60.70 g; Błonnik pok.: 50.91 g; Sól: 10.55 g;	Wartość energetyczna: 2466.78 kcal; Białko ogółem: 123.05 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 39.75 g; Węglowodany ogółem: 336.95 g; W tym cukry: 104.38 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2447.23 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 83.32 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 362.00 g; W tym cukry: 90.24 g; Błonnik pok.: 40.29 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 3407.29 kcal; Białko ogółem: 158.60 g; Tłuszcz: 98.69 g; Kw. tł. nasy.: 49.61 g; Węglowodany ogółem: 464.61 g; W tym cukry: 121.98 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2626.22 kcal; Białko ogółem: 159.06 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 363.01 g; W tym cukry: 62.07 g; Błonnik pok.: 37.65 g; Sól: 10.78 g;	Wartość energetyczna: 2254.69 kcal; Białko ogółem: 111.68 g; Tłuszcz: 71.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 306.80 g; W tym cukry: 70.20 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sól: 4.79 g;

		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 Bezmięsna	W-wa- ONK Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	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,***) Schab gotowany plastry 50 g Brzoskwinia 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Schab gotowany plastry 50 g Brzoskwinia 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	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 Schab gotowany plastry 50 g Brzoskwinia 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	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,***) Schab gotowany plastry 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Schab gotowany plastry 50 g Tofu 50 g (***SOJ,***) Brzoskwinia 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	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,***) Pasztet sojowy z pieczarkami 113g 1 szt (***SOJ, GOR,***) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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,***) Mielony schab z marchewką 50 g Mus z brzoskwiń 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) 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 plastry 50 g 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 Schab gotowany plastry 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Brzoskwinia 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Tofu 50 g (***SOJ,***)
	II ŚN			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 30 g (***SOJ,***) Rzodkiewka 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Rzodkiewka 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,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (***SOJ,***) Buraczki gotowane plastry 50 g	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Befsztyk mielony wieprzowy z cebulką 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Mizeria 200 g (***MLE,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pieczeniowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* 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 pieczeniowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Kluski śląskie* 150 g (***JAJ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pieczeniowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Mizeria 120 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 80 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pieczeniowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zapiekanka z ziemników i warzyw* 300 g (***JAJ, MLE, SEL,***) Sos bazyliowy* 80 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mizeria 200 g (***MLE,***) Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Cukier 5 g	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos pieczeniowy 80 ml (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane puree 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml Cukier 5 g	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka schabowa duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki młode gotowane 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Bitka schabowa duszona (bez glutenu) 100 g Sos pieczeniowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki młode gotowane 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z truskawkami* b/c 250 ml
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Kasza jaglana ekspandowana 10 g			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Chrupki kukurydziane 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Kasza jaglana ekspandowana 10 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100 g 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100 g 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,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Sałata 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,***) mielone Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Mielony filet z indyka z marchewką 50 g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Filet z indyka gotowany plastry 50 g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Rzepa biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (***MLE,***)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***) Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Kalafior gotowany* 50 g	
		Wartość energetyczna: 2182.20 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz: 79.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.60 g; Węglowodany ogółem: 291.63 g; W tym cukry: 56.54 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2204.60 kcal; Białko ogółem: 117.09 g; Tłuszcz: 70.10 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 287.45 g; W tym cukry: 50.79 g; Błonnik pok.: 18.05 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2864.82 kcal; Białko ogółem: 140.49 g; Tłuszcz: 102.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.41 g; Węglowodany ogółem: 360.49 g; W tym cukry: 35.31 g; Błonnik pok.: 21.57 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2451.00 kcal; Białko ogółem: 141.91 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 350.49 g; W tym cukry: 53.07 g; Błonnik pok.: 42.65 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2339.60 kcal; Białko ogółem: 129.49 g; Tłuszcz: 79.21 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 288.00 g; W tym cukry: 50.79 g; Błonnik pok.: 18.05 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2161.11 kcal; Białko ogółem: 80.92 g; Tłuszcz: 87.62 g; Kw. tł. nasy.: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 287.36 g; W tym cukry: 56.73 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 3253.56 kcal; Białko ogółem: 153.98 g; Tłuszcz: 97.26 g; Kw. tł. nasy.: 45.99 g; Węglowodany ogółem: 425.30 g; W tym cukry: 87.20 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2560.23 kcal; Białko ogółem: 147.97 g; Tłuszcz: 76.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; W tym cukry: 43.09 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2309.29 kcal; Białko ogółem: 133.90 g; Tłuszcz: 86.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 259.08 g; W tym cukry: 29.25 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 3.80 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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