

	Wwa-ONK Podstawowa	Wwa-ONK Lekko strawna	Wwa-ONK Bezmleczna lekko strawna	Wwa-ONK Cukrzycowa	Wwa-ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmi sra	Wwa-ONK Przetarta	Wwa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	Wwa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Indykatore	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Chleb razowy, ytnio-pszenny 50g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Szynka Plastowska- wp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (<i>SDZ</i>) Pomidr 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Platki pszenne na mleku 300ml (<i>GLUPSZ, MLE</i>)	Platki pszenne na mleku 300ml (<i>GLUPSZ, MLE</i>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Bułka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Szynka Plastowska- wp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (<i>SDZ</i>) Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g	Platki pszenne na napojusojowym 300ml (<i>GLUPSZ, SOJ</i>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Bułka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) Margaryna ozaw tluszczu80%15g 1 szt Szynka Plastowska- wp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (<i>SDZ</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Buraczki gotowane plasty 100g Salata zielona 10g	Platki pszenne na mleku 300ml (<i>GLUPSZ, MLE</i>) Chleb razowy ytnio-pszenny 110 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Szynka Plastowska- wp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (<i>SDZ</i>) Pomidr 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Platki pszenne na mleku 300ml (<i>GLUPSZ, MLE</i>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Bułka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Szynka Plastowska- wp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (<i>SDZ</i>) Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Buraczki gotowane plasty 100g Salata zielona 10g	Platki pszenne na mleku 300ml (<i>GLUPSZ, MLE</i>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Chleb razowy, ytnio-pszenny 50g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Ser dly 50g (<i>ME</i>) Pomidr 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Platki pszenne na mleku 300ml (<i>GLUPSZ, MLE</i>) Bułka pszenna dluga krojona 110g (<i>GLUPSZ</i>) Chleb razowy, ytnio-pszenny 50g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Buraczki gotowane drobno tarle 100g	Platki pszenne na mleku 300ml (<i>GLUPSZ, MLE</i>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<i>GLUPSZ</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Szynka Plastowska- wp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (<i>SDZ</i>) Salata zielona 10g Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Kasza jaglana na napju sojowym 400ml (<i>SDZ</i>) Chleb bezglutenowy 110g (<i>SEZ, mto ezaniera : ORZ</i>) Margaryna ozaw tluszczu80%15g 1 szt Szynka wieprzowa gotowana 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Buraczki gotowane plasty 100g Salata zielona 10g
	II, IV								
Chleb	Brokulowa z ziemiakami (bez mleka) * 300ml (<i>GLUPSZ, SEL</i>) Nale niki z serem beztluszczowe (<i>GLUPSZ, JAU, ME, mto e zaniera : SOJ, SEL, GOR</i>) Mls z jablk () b/c 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Brokulowa z ziemiakami (bez mleka) * 300ml (<i>GLUPSZ, SEL</i>) Nale niki z serem beztluszczowe 300g (<i>GLUPSZ, JAU, ME</i>) Mls z jablk () b/c 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Brokulowa z ziemiakami (bez mleka) * 300ml (<i>GLUPSZ, SEL</i>) Nale niki bezglutenowe, bezmleczne z jablkami pra onymi 300g (<i>JAU, SOJ, mto ezaniera : SOJ, ORZ</i>) Deser sojowy o smaku waniliowym z wapierni witaminami 125g 1 szt (<i>SDZ</i>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Brokulowa z ziemiakami (bez mleka) * 300ml (<i>GLUPSZ, SEL</i>) Pupetki m' sno-warzywny* (drobiowy) 100g (<i>GLUPSZ, JAU, SEL</i>) Sos koperkowy * 80ml (<i>GLUPSZ, MLE</i>) Kasza bulgur 150g (<i>GLUPSZ</i>) Surówka z selera i jablka z olejem b/c 120g (<i>SEZ</i>) Cukinia pieczona z olejem * 80g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Brokulowa z ziemiakami (bez mleka) * 300ml (<i>GLUPSZ, SEL</i>) Nale niki z serem bialym 300g (<i>GLUPSZ, JAU, ME, mto e zaniera : SOJ, SEL, GOR</i>) Mls z jablk () b/c 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Brokulowa z ziemiakami (bez mleka) * 300ml (<i>GLUPSZ, SEL</i>) Nale niki z serem bialym 300g (<i>GLUPSZ, JAU, ME, mto e zaniera : SOJ, SEL, GOR</i>) Mls z jablk () b/c 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Brokulowa z ziemiakami (bez mleka) * 300ml (<i>GLUPSZ, SEL</i>) M. so drobiowe mielone z marchew 120g Sos koperkowy * 80ml (<i>GLUPSZ, MLE</i>) Ziemniaki gotowane puree 150g (<i>ME</i>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml Cukinia pieczona z olejem * 200g	Brokulowa z ziemiakami (bez mleka) * 300ml (<i>GLUPSZ, SEL</i>) Kasza j ziemna/sypko 150g (<i>GLU, CZ</i>) Pupetki m' sno-warzywny* (drobiowy) 100g (<i>GLUPSZ, JAU, SEL</i>) Sos koperkowy * 80ml (<i>GLUPSZ, MLE</i>) Cukinia pieczona z olejem * 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Brokulowa z ziemiakami (bez glutenu, bez mleka) * 400ml (<i>SEL</i>) Nale niki bezglutenowe, bezmleczne z jablkami pra onymi 300g (<i>JAU, SOJ, mto ezaniera : SOJ, ORZ</i>) Deser sojowy o smaku waniliowym z wapierni witaminami 125g 1 szt (<i>SDZ</i>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml
	PD								
Korajka	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Chleb razowy, ytnio-pszenny 50g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Serek twarogowy termizowany smak mielankowy 20g 3[Por] x 1 szt (<i>ME, mto ezaniera : RIB, QZ, ME</i>) Pasta z makreli w dzonej z warzywami** 100g (<i>RIB, SEL</i>) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Bułka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100g (<i>RIB, SEL</i>) Serek twarogowy termizowany smak mielankowy 20g 3[Por] x 1 szt (<i>ME, mto ezaniera : RIB, QZ, ME</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Marchewgotowana z olejem* 100 g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Bułka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) Margaryna ozaw tluszczu80%15g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100g (<i>RIB, SEL</i>) Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Marchewgotowana z olejem* 100 g	Chleb razowy ytnio-pszenny 110 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z makreli w dzonej z warzywami** 100g (<i>RIB, SEL</i>) Serek twarogowy termizowany smak mielankowy 20g 3[Por] x 1 szt (<i>ME, mto ezaniera : RIB, QZ, ME</i>) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Bułka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100g (<i>RIB, SEL</i>) Serek twarogowy termizowany smak mielankowy 20g 3[Por] x 1 szt (<i>ME, mto ezaniera : RIB, QZ, ME</i>) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Chleb razowy, ytnio-pszenny 50g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z makreli w dzonej z warzywami** 100g (<i>RIB, SEL</i>) Serek twarogowy termizowany smak mielankowy 20g 3[Por] x 1 szt (<i>ME, mto ezaniera : RIB, QZ, ME</i>) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Brokulowa z ziemiakami (bez mleka) * 400ml (<i>GLUPSZ, SEL</i>) Bułka pszenna dluga krojona 110g (<i>GLUPSZ</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100g (<i>RIB, SEL</i>) Serek twarogowy termizowany smak mielankowy 20g 3[Por] x 1 szt (<i>ME, mto ezaniera : RIB, QZ, ME</i>) Marchewgotowana z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YD</i>) Chleb Graham 50g (<i>GLUPSZ</i>) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100g (<i>RIB, SEL</i>) Serek twarogowy termizowany smak mielankowy 20g 3[Por] x 1 szt (<i>ME, mto ezaniera : RIB, QZ, ME</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Marchewgotowana z olejem* 100 g Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g (<i>SEZ, mto ezaniera : ORZ</i>) Margaryna ozaw tluszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Marchewgotowana z olejem* 100 g
	PN								
Warto energetyczna: 2582,87 kcal; Bialko ogolem 109,30g; Tluszcz: 104,51g Kw tl. nasy.: 39,66g; W glowodany ogolem 320,66g; W tym cukry: 73,28g; Blonnik pok.: 29,45g; Sól: 10,36g	Warto energetyczna: 2323,61 kcal; Bialko ogolem 105,45g; Tluszcz: 72,89g; Kw tl. nasy.: 39,66g; W glowodany ogolem 322,12g; W tym cukry: 76,24g; Blonnik pok.: 26,06g; Sól: 7,38g	Warto energetyczna: 2639,69 kcal; Bialko ogolem 116,57g; Tluszcz: 83,65g; Kw tl. nasy.: 27,89g; W glowodany ogolem 371,67g; W tym cukry: 71,60g; Blonnik pok.: 23,85g; Sól: 11,11g	Warto energetyczna: 2752,63 kcal; Bialko ogolem 109,75g; Tluszcz: 111,28g; Kw tl. nasy.: 41,55g; W glowodany ogolem 349,11g; W tym cukry: 47,55g; Blonnik pok.: 50,31g; Sól: 14,16g	Warto energetyczna: 2393,61 kcal; Bialko ogolem 120,80g; Tluszcz: 73,82g; Kw tl. nasy.: 39,86g; W glowodany ogolem 322,12g; W tym cukry: 76,24g; Blonnik pok.: 26,06g; Sól: 7,55g	Warto energetyczna: 2722,67 kcal; Bialko ogolem 113,05g; Tluszcz: 118,05g; Kw tl. nasy.: 55,55g; W glowodany ogolem 322,00g; W tym cukry: 73,01g; Blonnik pok.: 29,45g; Sól: 10,03g	Warto energetyczna: 3041,89 kcal; Bialko ogolem 142,18g; Tluszcz: 115,14g; Kw tl. nasy.: 55,35g; W glowodany ogolem 372,46g; W tym cukry: 62,33g; Blonnik pok.: 29,58g; Sól: 8,32g	Warto energetyczna: 2672,88 kcal; Bialko ogolem 113,00g; Tluszcz: 93,93g; Kw tl. nasy.: 37,29g; W glowodany ogolem 361,72g; W tym cukry: 50,59g; Blonnik pok.: 39,60g; Sól: 13,08g	Warto energetyczna: 2118,73 kcal; Bialko ogolem 93,06g; Tluszcz: 61,84g; Kw tl. nasy.: 17,49g; W glowodany ogolem 305,81g; W tym cukry: 66,20g; Blonnik pok.: 22,62g; Sól: 4,80g	

	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 Bezmi sra	W-wa-ONK Przetarta	W-wa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2025-12-09 wtorek	Nadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<i>JAL</i>) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Banan 200g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<i>JAL</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Banan 200g Salata zielona 10g	Kasza kukurydziana na napoju sjojowym 300ml (<i>SOJ</i>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt (<i>ME</i>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<i>JAL</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Banan 200g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<i>JAL</i>) Ogórek kiszony 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 50g (<i>SOJ</i>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<i>JAL</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Banan 200g Salata zielona 10g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<i>JAL</i>) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Banan 200g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Bułka pszenna długa krojona 110g (<i>GLUSZ</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z jaj 100g (<i>JAL ME</i>) Banan 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<i>GLUSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Fasolka szparagowa z wody 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Kasza kukurydziana na napoju sjojowym 400ml (<i>SOJ</i>) Chleb bezglutenowy 110g (<i>SEZ YI ezanera : ORZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<i>JAL</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Banan 200g Salata zielona 10g
		II IN		Bułka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Ptaszowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sjojowego i wody 30g (<i>SOJ</i>) Papryka wie a 50g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Szynka Ptaszowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sjojowego i wody 30g (<i>SOJ</i>) Papryka wie a 50g			Bułka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) mielona Schab gotowany 30g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>)	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Szynka Ptaszowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sjojowego i wody 30g (<i>SOJ</i>) Cukinia pieczona z dejem* 50g	
Kebab	Pieczarkowa z ziemniakami* 300 ml (<i>GLUSZ ME SEL SOJ</i>) Koleb schabowy 100g (<i>GLUSZ JAL</i>) Ziemniaki gotowane 150g Surowka z kapusty peki skiej z dejem 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Solferino (bez mleka)* 300ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Szarpana wieprzowina 100g (<i>GLU PSZ</i>) Sos szpinakowy* 80ml (<i>GLU PSZ</i>) Mikaron 150g (<i>GLUSZ</i>) Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 200g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Solferino (bez mleka)* 300ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Szarpana wieprzowina 100g (<i>GLU PSZ</i>) Sos szpinakowy* 80ml (<i>GLU PSZ</i>) Kluski i skie* 150g (<i>JAL</i>) Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 200g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Pieczarkowa z ziemniakami* 300 ml (<i>GLUSZ ME SEL SOJ</i>) Szarpana wieprzowina 100g (<i>GLU PSZ</i>) Sos szpinakowy* 80ml (<i>GLU PSZ</i>) Mikaron 150g (<i>GLUSZ</i>) Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 80g (<i>SEL</i>) Surowka z kapusty peki skiej z dejem 120g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Solferino (bez mleka)* 300ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Szarpana wieprzowina 100g (<i>GLU PSZ</i>) Sos szpinakowy* 80ml (<i>GLU PSZ</i>) Mikaron 150g (<i>GLUSZ</i>) Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 200g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Pieczarkowa z ziemniakami* 300 ml (<i>GLUSZ ME SEL SOJ</i>) Mikaron z warzywami i serem dtytm* 300g (<i>GLUSZ ME</i>) Surowka z kapusty peki skiej z dejem 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Solferino (bez mleka)* 300ml (<i>GLUSZ SEL</i>) M so wieprzowe mielone z marchewk 120g Sos szpinakowy* 80ml (<i>GLU PSZ</i>) Ziemniaki gotowane puree 150g (<i>ME</i>) Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 200g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Solferino (bez mleka)* 300ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Szarpana wieprzowina 100g (<i>GLU PSZ</i>) Sos szpinakowy* 80ml (<i>GLU PSZ</i>) Mikaron 150g (<i>GLUSZ</i>) Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 200g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Solferino (bez glutenu, mleka)* 400 ml (<i>SEL</i>) Szarpana wieprzowina b/glutenu 100g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Ziemniaki gotowane 150g Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 200g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 30g	Kefir 2.0% tł 150g, 1 szt (<i>ME</i>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g			Kefir 2.0% tł 150g, 1 szt (<i>ME</i>) Bułka ma lana 50g 1 szt (<i>GLU PSZ JAL ME</i>)	Kefir 2.0% tł 150g, 1 szt (<i>ME</i>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g		
Kebab	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobiony, parzony woslonce niejadalnej 50 g (<i>ME ezanera : GLUSZ JAL SOI ME SEL GOR</i>) Hummus z deierzycy 100g Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml D em 25g 1 szt	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 100g (<i>SEL</i>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobiony, parzony woslonce niejadalnej 50 g (<i>ME ezanera : GLUSZ JAL SOI ME SEL GOR</i>) Kisiel o smaku truskawkowym z jablkim b/c 200ml Salata zielona 10g D em 25g 1 szt	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 100g (<i>SEL</i>) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 50g Kisiel o smaku truskawkowym z jablkim b/c 200ml Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g D em 25g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 100g (<i>SEL</i>) Hummus z deierzycy 100g Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobiony, parzony woslonce niejadalnej 50 g (<i>ME ezanera : GLUSZ JAL SOI ME SEL GOR</i>) Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 100g (<i>SEL</i>) Kisiel o smaku truskawkowym z jablkim b/c 200ml Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g D em 25g 1 szt	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Twaro ek 100g (<i>ME</i>) Hummus z deierzycy 100g Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml D em 25g 1 szt	Solferino (bez mleka)* 400ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Bułka pszenna długa krojona 110g (<i>GLUSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Twaro ek 50g (<i>ME</i>) Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 100g (<i>SEL</i>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobiony, parzony woslonce niejadalnej 50 g (<i>ME ezanera : GLUSZ JAL SOI ME SEL GOR</i>) Kisiel o smaku truskawkowym z jablkim b/c 200ml Herbata czarna granulowana b/c 250ml D em 25g 1 szt	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Chleb Graham 50g (<i>GLUSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 100g (<i>SEL</i>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobiony, parzony woslonce niejadalnej 50 g (<i>ME ezanera : GLUSZ JAL SOI ME SEL GOR</i>) Brokul gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g (<i>SEZ YI ezanera : ORZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 100g (<i>SEL</i>) Kisiel o smaku truskawkowym z jablkim b/c 200ml Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	
	PN	Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<i>ME</i>) Bułka ma lana 50g 1 szt (<i>GLUSZ JAL ME</i>)	Napoj owsiany bez cukru Q33 1 szt (<i>GLU O W ME ezanera : SOI ORZ</i>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Warto energetyczna: 3275.69 kcal; Bialko ogolem 129.62g; Tluszcz: 113.65g; Kw tl. nasy.: 36.38g; W glowodany ogolem 446.72g; W tym cukry: 102.84g; Blonnik pok.: 29.74g; Sol: 9.58g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) Schab gotowany plasty 30g Ogórek wie y 50g	Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<i>ME</i>) Bułka ma lana 50g 1 szt (<i>GLUSZ JAL ME</i>)		Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<i>ME</i>) Biskwoty 30g (<i>GLUSZ JAL ME GLU CZ</i>)	Chleb mieszany pszenno- żytni 50 g (<i>GLUSZ GLU YI</i>) mielona Schab gotowany 30g Marchew gotowana z dejem* 50g	Sok owocowo-warzwywny Q2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g
	Warto energetyczna: 2665.43 kcal; Bialko ogolem 101.77g; Tluszcz: 92.83g; Kw tl. nasy.: 32.20g; W glowodany ogolem 366.14g; W tym cukry: 92.69g; Blonnik pok.: 34.18g; Sol: 6.50g	Warto energetyczna: 2764.82 kcal; Bialko ogolem 115.63g; Tluszcz: 87.99g; Kw tl. nasy.: 33.49g; W glowodany ogolem 389.48g; W tym cukry: 109.24g; Blonnik pok.: 24.89g; Sol: 7.03g	Warto energetyczna: 2690.83 kcal; Bialko ogolem 130.52g; Tluszcz: 94.75g; Kw tl. nasy.: 30.39g; W glowodany ogolem 343.54g; W tym cukry: 36.85g; Blonnik pok.: 49.78g; Sol: 9.70g	Warto energetyczna: 2839.02 kcal; Bialko ogolem 125.17g; Tluszcz: 91.70g; Kw tl. nasy.: 34.97g; W glowodany ogolem 389.96g; W tym cukry: 109.51g; Blonnik pok.: 24.89g; Sol: 8.57g	Warto energetyczna: 2698.14 kcal; Bialko ogolem 94.31g; Tluszcz: 92.32g; Kw tl. nasy.: 35.55g; W glowodany ogolem 383.92g; W tym cukry: 98.64g; Blonnik pok.: 34.33g; Sol: 5.26g	Warto energetyczna: 3268.52 kcal; Bialko ogolem 137.15g; Tluszcz: 102.83g; Kw tl. nasy.: 44.88g; W glowodany ogolem 470.88g; W tym cukry: 128.47g; Blonnik pok.: 29.42g; Sol: 7.00g	Warto energetyczna: 2731.04 kcal; Bialko ogolem 139.02g; Tluszcz: 89.24g; Kw tl. nasy.: 30.26g; W glowodany ogolem 359.19g; W tym cukry: 38.00g; Blonnik pok.: 35.72g; Sol: 10.59g	Warto energetyczna: 2570.98 kcal; Bialko ogolem 99.01g; Tluszcz: 85.83g; Kw tl. nasy.: 21.55g; W glowodany ogolem 357.00g; W tym cukry: 94.69g; Blonnik pok.: 31.15g; Sol: 3.95g		

	Wwa-ONK Podstawowa	Wwa-ONK Lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmleczna lekkostrawna	Wwa-ONK Cukrzycowa	Wwa-ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmięsna	Wwa-ONK Przetarta	Wwa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	Wwa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Indywidualnie	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Plat szynkowy - produkt wleprzowy w dzony parzony z dodan. wod 50g (GLUPSZ, SOI, ME, nde, zawieta : JAU, SEL, GOR) Mandarynka 200g Mx салат 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Plat szynkowy - produkt wleprzowy w dzony parzony z dodan. wod 50g (GLUPSZ, SOI, ME, nde, zawieta : JAU, SEL, GOR) Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Mx салат 10g	Ry na napojku sojowym 300ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Ptasłowska- vip, w dzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50g (SOJ) Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Mx салат 10g	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (GLUPSZ, GLU, YTI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Plat szynkowy - produkt wleprzowy w dzony parzony z dodan. wod 50g (GLUPSZ, SOI, ME, nde, zawieta : JAU, SEL, GOR) Surowka z marchwi z olejem b/c 100g Mx салат 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Plat szynkowy - produkt wleprzowy w dzony parzony z dodan. wod 50g (GLUPSZ, SOI, ME, nde, zawieta : JAU, SEL, GOR) Serek Almette mini 30g 2 szt (ME) Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Mx салат 10g	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Pastila z groszku zielonego b/c 100g Mandarynka 200g Mx салат 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Bułka pszenna długa krojona 110g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Schab gotowany 50g Mus z jabłk 0 b/c 150g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Schab gotowany 50g (82% tł.) 1 szt (ME) Plat szynkowy - produkt wleprzowy w dzony parzony z dodan. wod 50g (GLUPSZ, SOI, ME, nde, zawieta : JAU, SEL, GOR) Buket jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Mx салат 10g	Ry na napojku sojowym 400ml (SOJ) Chleb bezglutenowy 110g (SEL, nde, zawieta : ORZ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka wieprzowa gotowana 50g Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Mx салат 10g
	II, IV			Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasterki 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Schab gotowany plasterki 30g Papryka wie a 50g			Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Serek homo. naturalny 50g (ME) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Schab gotowany plasterki 30g Dynia w wody 50g
Obrad	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 300ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Zrazik drobiowy z ud. cagobowany mielony 100g (GLUPSZ, JAU) Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Surowka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml (SEL, GLU, CZ) Ziemniaki gotowane 150g Zrazik drobiowy z ud. cagobowany mielony 100g (GLUPSZ, JAU) Ziemniaki gotowane 150g (GLUPSZ, JAU) Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml (SEL, GLU, CZ) Zrazik drobiowy z ud. cagobowany mielony 100g (GLUPSZ, JAU) Ziemniaki gotowane 150g (GLUPSZ, JAU) Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 300ml (GLUPSZ, SEL) Kasza gryczana 150g Zrazik drobiowy z ud. cagobowany mielony 100g (GLUPSZ, JAU) Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Surowka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 120g Buraczki gotowane 80g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml (SEL, GLU, CZ) Zrazik drobiowy z ud. cagobowany mielony 100g (GLUPSZ, JAU) Ziemniaki gotowane 150g (GLUPSZ, JAU) Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 300ml (GLUPSZ, SEL) Placki ziemniaczane 3 szt 300g (GLUPSZ, JAU) Surowka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200g Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (ME) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml (SEL, GLU, CZ) Ziemniaki gotowane puree 150g (ME) M. so. drobiowe mielone z marchewk 120g Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml (SEL, GLU, CZ) Ziemniaki gotowane 150g Zrazik drobiowy z ud. cagobowany mielony 100g (GLUPSZ, JAU) Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 400ml (SEL) Zrazik drobiowy z ud. cagobowany mielony (bez glutenu) 100g (JAU) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80ml (SEL) Ziemniaki gotowane 150g Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rednio rozdrobniona, w dzona, parzona 30g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l 1 szt Wafle ry owe 30g		Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) mielona Schab gotowany 30g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Wafle ry owe 30g	
Kuchnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Ser dły 50g (ME) Filet z kurczaka gotowany plasterki 50g Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Serek homo. naturalny 100g (ME) Filet z kurczaka gotowany plasterki 50g Filet z kurczaka gotowany plasterki 50g Cukinia pieczona z olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Mod (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasterki 50g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Cukinia pieczona z olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Mod (25g) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (GLUPSZ, GLU, YTI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Serek homo. naturalny 100g (ME) Filet z kurczaka gotowany plasterki 50g Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Serek homo. naturalny 100g (ME) Filet z kurczaka gotowany plasterki 50g Cukinia pieczona z olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Mod (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Ser dły 50g (ME)	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml (SEL, GLU, CZ) Bułka pszenna długa krojona 110g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g Cukinia pieczona z olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Mod (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Chleb Graham 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Serek homo. naturalny 100g (ME) Filet z kurczaka gotowany plasterki 50g Cukinia pieczona z olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g (SEL, nde, zawieta : ORZ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasterki 50g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Cukinia pieczona z olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Mod (25g) 1 szt
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l 1 szt Chalka 50g (GLUPSZ, JAU, ME)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Chalka 50g (GLUPSZ, JAU, ME)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Wafle ry owe 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rednio rozdrobniona, w dzona, parzona 30g Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50g (ME)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Chalka 50g (GLUPSZ, JAU, ME)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l 1 szt Chalka 50g (GLUPSZ, JAU, ME)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Chalka 50g (GLUPSZ, JAU, ME)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rednio rozdrobniona, w dzona, parzona 30g Kalaforgotowany* 50g
	Warto energetyczna: 2353,50 kcal; Białko ogółem: 107,33g; Tłuszcz: 75,42g; Kw. tł. nasy.: 36,53g; W. glówniany ogółem: 324,73g; W. tym cukry: 57,79g; Błonnik pok.: 32,09g; Sól: 10,27g	Warto energetyczna: 2319,82 kcal; Białko ogółem: 102,60g; Tłuszcz: 57,96g; Kw. tł. nasy.: 26,35g; W. glówniany ogółem: 357,07g; W. tym cukry: 87,60g; Błonnik pok.: 22,99g; Sól: 6,77g	Warto energetyczna: 2767,68 kcal; Białko ogółem: 118,85g; Tłuszcz: 81,78g; Kw. tł. nasy.: 28,12g; W. glówniany ogółem: 401,06g; W. tym cukry: 71,28g; Błonnik pok.: 27,03g; Sól: 8,66g	Warto energetyczna: 2539,59 kcal; Białko ogółem: 137,09g; Tłuszcz: 69,59g; Kw. tł. nasy.: 26,72g; W. glówniany ogółem: 363,06g; W. tym cukry: 42,47g; Błonnik pok.: 52,68g; Sól: 9,49g	Warto energetyczna: 2473,42 kcal; Białko ogółem: 106,62g; Tłuszcz: 72,36g; Kw. tł. nasy.: 36,55g; W. glówniany ogółem: 358,99g; W. tym cukry: 87,60g; Błonnik pok.: 22,99g; Sól: 6,77g	Warto energetyczna: 2663,44 kcal; Białko ogółem: 81,34g; Tłuszcz: 111,31g; Kw. tł. nasy.: 37,48g; W. glówniany ogółem: 350,85g; W. tym cukry: 60,94g; Błonnik pok.: 37,84g; Sól: 9,15g	Warto energetyczna: 3147,40 kcal; Białko ogółem: 127,80g; Tłuszcz: 98,41g; Kw. tł. nasy.: 48,45g; W. glówniany ogółem: 428,97g; W. tym cukry: 73,46g; Błonnik pok.: 25,72g; Sól: 7,11g	Warto energetyczna: 2433,06 kcal; Białko ogółem: 127,80g; Tłuszcz: 64,36g; Kw. tł. nasy.: 26,20g; W. glówniany ogółem: 349,78g; W. tym cukry: 49,79g; Błonnik pok.: 33,78g; Sól: 11,39g	Warto energetyczna: 2375,04 kcal; Białko ogółem: 94,77g; Tłuszcz: 67,28g; Kw. tł. nasy.: 18,08g; W. glówniany ogółem: 352,28g; W. tym cukry: 69,35g; Błonnik pok.: 29,61g; Sól: 3,14g

	Wwa-ONK Podstawowa	Wwa-ONK Lekko strawna	Wwa-ONK Bezmleczna lekko strawna	Wwa-ONK Cukrzycowa	Wwa-ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmi sra	Wwa-ONK Przetarta	Wwa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	Wwa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
nielaktarne	Platk i zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasty 50g Ogpek kiszony 100g D em 25g 1 szt Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bč 250ml Cukier 10g	Platk i zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasty 50g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana bč 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g	Platk i zmiennie na napoju sjoowym 300ml (SOI, GLU, J, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g D em 25g 1 szt Dyňa z wody 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bč 250ml Cukier 10g	Platk i zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Chleb razowy ytnio-pszenny 110g (GLUPSZ, GLU, YT) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasty 50g Ogpek kiszony 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bč 250ml	Platk i zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Ser mozzarella kulki 50g (ME) Schab gotowany plasty 50g Dyňa z wody 100g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana bč 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g	Platk i zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Pasztetsojowy z pomidorami 100g (SOI, GOR) Ogpek kiszony 100g Salata zielona 10g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana bč 250ml Cukier 10g	Platk i zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Bulka pszenna dluga krojona 110g (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Schab gotowany 50g Dyňa z wody 100g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana bč 250ml Cukier 10g	Platk i zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasty 50g Dyňa z wody 100g Herbata czarna granulowana bč 250ml Salata zielona 10g	Kasza kukurydziana na napoju sjoowym 400ml (SOI) Chleb bezglutenowy 110g (SEZ, YTO ezaniera : ORZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Dyňa z wody 100g Herbata czarna granulowana bč 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g
	II, N			Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Szynkowa d bova drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g Pomidor 50g	Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Szynkowa d bova drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g Pomidor 50g		Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) mielona Filet z kurczaka gotowany 30g Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME)	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Szynkowa d bova drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g Cukinia pieczona z olejem * 50g	
Chleb	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (GLUPSZ, ME, SEL, GLU, Y) Ry nasypko (br zowy) 150g Filet z kurczaka gotowany 100g Surowka z marchwi i selera z olejem bč 200g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* bč 250ml Sos pomidorowy 80ml (GLUPSZ)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml (GLUPSZ, SEL) Ry na sypko 150g Filet z kurczaka gotowany 100g Brokul gotowany z oliw * 200g Kompot owocowy z jabłkami* bč 250ml Sos pomidorowy 80ml (GLUPSZ)	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (GLUPSZ, ME, SEL, GLU, Y) Ry na sypko 150g Filet z kurczaka gotowany 100g Brokul gotowany z oliw * 80g Surowka z marchwi i selera z olejem bč 120g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* bč 250ml Sos pomidorowy 80ml (GLUPSZ)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml (GLUPSZ, SEL) Ry na sypko 150g Filet z kurczaka gotowany 100g Brokul gotowany z oliw * 200g Kompot owocowy z jabłkami* bč 250ml Sos pomidorowy 80ml (GLUPSZ)	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (GLUPSZ, ME, SEL, GLU, Y) Leczo warzywna skie z soczewic * 300g Ry nasypko (br zowy) 150g Surowka z marchwi i selera z olejem bč 200g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* bč 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml (GLUPSZ, SEL) Mł do drobiowe mielone z marchewk 120g Sos pomidorowy 80ml (GLUPSZ) Ziemniaki gotowane puree 150g (ME) Brokul gotowany z oliw * 200g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* bč 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml (GLUPSZ, SEL) Mł do drobiowe mielone z marchewk 120g Sos pomidorowy 80ml (GLUPSZ) Ziemniaki gotowane puree 150g (ME) Brokul gotowany z oliw * 200g (GLUPSZ) Kompot owocowy z jabłkami* bč 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml (GLUPSZ, SEL) Ry na sypko 150g Filet z kurczaka gotowany 100g Brokul gotowany z oliw * 200g Kompot owocowy z jabłkami* bč 250ml Sos pomidorowy 80ml (GLUPSZ)	Ziemniaczana *(bez glutenu, bez mleka) 400ml (SEL) Ry na sypko 150g Filet z kurczaka gotowany 100g Brokul gotowany z oliw * 200g Kompot owocowy z jabłkami* bč 250ml Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml
	PD		Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ)	Serek ziamisty 150g 1 szt (ME) Wafle ry owe 30g		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (ME) Chrupki kukurydziane 30g	Serek ziamisty 150g 1 szt (ME) Wafle ry owe 30g		
Kategoria	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka woslonce niejadalnej. 50g (JAJ, SOI, ME, GOR, no ezaniera : GLUPSZ, SEL) Serek Almette mini 30g 2szt (ME) Salatka jarzynowa* 100g (JAJ, ME, SEL, GOR) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bč 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka woslonce niejadalnej. 50g (JAJ, SOI, ME, GOR, no ezaniera : GLUPSZ, SEL) Serek Almette mini 30g 2szt (ME) Herbata czarna granulowana bč 250ml Salata zielona 10g Budy o smaku mielankowym bč 200ml (ME)	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rednio rozdrobniona, w dziona, parzona 50g 1 szt Jogurt wega ski- kokos migdal 150g 1 szt (ORZ) Herbata czarna granulowana bč 250ml Salata zielona 10g Budy o smaku mielankowym n/sjowy bč 200ml (SOI)	Chleb razowy ytnio-pszenny 110g (GLUPSZ, GLU, YT) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka woslonce niejadalnej. 50g (JAJ, SOI, ME, GOR, no ezaniera : GLUPSZ, SEL) Serek Almette mini 30g 2szt (ME) Salatka jarzynowa* dieta 100g (ME, SEL) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bč 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Ser dty 50g (ME) Serek Almette mini 30g 2szt (ME) Salatka jarzynowa* 100g (JAJ, ME, SEL, GOR) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bč 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml (GLUPSZ, SEL) Bulka pszenna dluga krojona 110g (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g (ME) Serek Almette mini 30g 2szt (ME) Salatka jarzynowa* dieta 100g (ME, SEL) Herbata czarna granulowana bč 250ml Budy o smaku mielankowym bč 200ml (ME)	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb Graham 50g (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka woslonce niejadalnej. 50g (JAJ, SOI, ME, GOR, no ezaniera : GLUPSZ, SEL) Serek Almette mini 30g 2szt (ME) Herbata czarna granulowana bč 250ml Salata zielona 10g Salatka jarzynowa* dieta 100g (ME, SEL)	Chleb bezglutenowy 110g (SEZ, YTO ezaniera : ORZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Jogurt wega ski- kokos migdal 150g 1 szt (ORZ) Budy o smaku mielankowym n/sjowy bč 200ml (SOI) Herbata czarna granulowana bč 250ml Salata zielona 10g	
	BN	Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (ME) Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i sianieniem 30g 1 szt (GLUPSZ, ME, SEL, no ezaniera : ORZ)	Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (ME) Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Napój owsiany bez cukru Q33 1 szt (GLU, ON, no ezaniera : SOI, ORZ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Schab gotowany plasty 30g Papryka wie a 50g	Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (ME) Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (ME) Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i sianieniem 30g 1 szt (GLUPSZ, ME, SEL, no ezaniera : ORZ)	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Schab gotowany plasty 30g Marchew gotowana z olejem* 50g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Warto energetyczna: 2420,03 kcal; Białko ogółem: 109,73g; Tłuszcz: 91,34g; Kw. tł. nasy.: 41,64g; W. glówniany ogółem: 299,35g; W. tym cukry: 60,70g; Błonnik pok.: 40,55g; Sól: 10,41g	Warto energetyczna: 2581,66 kcal; Białko ogółem: 118,67g; Tłuszcz: 87,29g; Kw. tł. nasy.: 42,69g; W. glówniany ogółem: 338,10g; W. tym cukry: 74,40g; Błonnik pok.: 20,98g; Sól: 8,29g	Warto energetyczna: 3116,26 kcal; Białko ogółem: 133,16g; Tłuszcz: 105,73g; Kw. tł. nasy.: 37,91g; W. glówniany ogółem: 415,31g; W. tym cukry: 66,82g; Błonnik pok.: 26,02g; Sól: 9,41g	Warto energetyczna: 2652,28 kcal; Białko ogółem: 151,53g; Tłuszcz: 84,79g; Kw. tł. nasy.: 41,73g; W. glówniany ogółem: 341,50g; W. tym cukry: 38,60g; Błonnik pok.: 51,75g; Sól: 12,64g	Warto energetyczna: 2701,71 kcal; Białko ogółem: 127,49g; Tłuszcz: 96,36g; Kw. tł. nasy.: 49,06g; W. glówniany ogółem: 338,84g; W. tym cukry: 75,14g; Błonnik pok.: 20,98g; Sól: 9,03g	Warto energetyczna: 2764,96 kcal; Białko ogółem: 78,70g; Tłuszcz: 132,37g; Kw. tł. nasy.: 51,31g; W. glówniany ogółem: 325,46g; W. tym cukry: 66,69g; Błonnik pok.: 46,56g; Sól: 10,81g	Warto energetyczna: 3203,22 kcal; Białko ogółem: 149,15g; Tłuszcz: 110,08g; Kw. tł. nasy.: 52,64g; W. glówniany ogółem: 424,98g; W. tym cukry: 91,01g; Błonnik pok.: 29,62g; Sól: 7,42g	Warto energetyczna: 2815,44 kcal; Białko ogółem: 155,83g; Tłuszcz: 91,66g; Kw. tł. nasy.: 42,37g; W. glówniany ogółem: 355,13g; W. tym cukry: 35,24g; Błonnik pok.: 34,73g; Sól: 12,53g	Warto energetyczna: 2521,44 kcal; Białko ogółem: 104,84g; Tłuszcz: 82,07g; Kw. tł. nasy.: 25,05g; W. glówniany ogółem: 341,46g; W. tym cukry: 57,48g; Błonnik pok.: 25,31g; Sól: 5,28g

	Wwa-ONK Podstawowa	Wwa-ONK Lekko strawna	Wwa-ONK Bezmleczna lekko strawna	Wwa-ONK Cukrzycowa	Wwa-ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmi sna	Wwa-ONK Przetarta	Wwa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	Wwa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
nadmienie	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ ME) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ GLU YI) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ GLU YI) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAU) Pomara cza 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bc 250ml Cukier 10g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ ME) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ GLU YI) Bułka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Jabtko pieczone 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bc 250ml Cukier 10g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAU)	Kasza manna na napgu sojowym 300ml (GLUPSZ SOJ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ GLU YI) Bułka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tluszczu80%15g 1 szt Jabtko pieczone 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bc 250ml Cukier 10g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAU)	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ ME) Chleb razowy ytnio-pszenny 110g (GLUPSZ GLU YI) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAU) Fasolka szparagowa z wody* 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bc 250ml	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ ME) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ GLU YI) Bułka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAU) Szynka Plastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b sojowego i wody 50g (SOJ) Jabtko pieczone 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bc 250ml Cukier 10g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ ME) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ GLU YI) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ GLU YI) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Pasla z jaj 100g (JAU ME) Pasla z groszku zielonego b/rl 100g Pomara cza 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bc 250ml Cukier 10g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ ME) Bułka pszenna dluga krojona 110g (GLUPSZ) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Pasla z jaj 100g (JAU ME) Jabtko pieczone 200g Herbata czarna granulowana bc 250ml Salata zielona 10g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ ME) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ GLU YI) Bułka pszenna dluga krojona 50g 1 szt (GLUPSZ) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Jabtko pieczone 200g Fasolka szparagowa z wody* 100g Herbata czarna granulowana bc 250ml Salata zielona 10g	Kasza jaglana na napgu sojowym 400ml (SOJ) Chleb bezglutenowy 110g (SEZ YI ezaniera : ORZ) Margaryna ozaw tluszczu80%15g 1 szt Jabtko pieczone 200g Herbata czarna granulowana bc 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAU)
	II IN			Bułka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tluszczu80%15g 1 szt Szynka Plastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b sojowego i wody 30g (SOJ) Surowka z marchwi z olejem bc 50g	Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ GLU YI) Szynka Plastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b sojowego i wody 30g (SOJ) Surowka z marchwi z olejem bc 50g			Bułka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) mielona Filetz kurczaka gotowany 30g Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME)	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (GLUPSZ GLU YI) Szynka Plastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b sojowego i wody 30g (SOJ) Buraczki gotowane plasty 50g
Obiad	Krem z dyni * 300ml (GLUPSZ ME SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU PSZ) Eoso pieczony 120g (RYB) Sos cytrynowy 80ml (GLUPSZ ME) Ziemniaki gotowane 150g Surowka z kapusty czerwonej z oliw bc 200g Kompot owocowy z jablkami* bc 250ml	Krem z dyni * 300ml (GLUPSZ ME SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 150g Eoso pieczony 120g (RYB) Sos cytrynowy (bez mleka) 80ml (GLUPSZ ME) Bukiet jarzyn gotowany z oliw * 200g (SEL) Kompot owocowy z jablkami* bc 250ml	Krem z dyni * (bez mleka) 300ml (GLUPSZ SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU PSZ) Eoso pieczony 120g (RYB) Sos cytrynowy 80ml (GLUPSZ ME) Ziemniaki gotowane 150g Bukiet jarzyn gotowany z oliw * 200g (SEL) Kompot owocowy z jablkami* bc 250ml	Krem z dyni * 300ml (GLUPSZ ME SEL) Grzanki pelnoziamiste () 20g (GLUPSZ) Eoso pieczony 120g (RYB) Sos cytrynowy 80ml (GLUPSZ ME) Ziemniaki gotowane 150g Bukiet jarzyn gotowany z oliw * 80g (SEL) Surowka z kapusty czerwonej z oliw bc 120g Kompot owocowy z jablkami* bc 250ml	Krem z dyni * 300ml (GLUPSZ ME SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU PSZ) Eoso pieczony 120g (RYB) Sos cytrynowy 80ml (GLUPSZ ME) Ziemniaki gotowane 150g Bukiet jarzyn gotowany z oliw * 200g (SEL) Kompot owocowy z jablkami* bc 250ml	Krem z dyni * 300ml (GLUPSZ ME SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU PSZ) Eoso pieczony 120g (RYB) Sos cytrynowy 80ml (GLUPSZ ME) Ziemniaki gotowane 150g Surowka z kapusty czerwonej z oliw bc 200g (SEL) Kompot owocowy z jablkami* bc 250ml	Krem z dyni * 300ml (GLUPSZ ME SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU PSZ) Eoso pieczony 120g (RYB) Sos cytrynowy 80ml (GLUPSZ ME) Ziemniaki gotowane puree 150g (ME) Bukiet jarzyn gotowany z oliw * 200g (SEL) Kompot owocowy z jablkami* bc 250ml	Krem z dyni * 300ml (GLUPSZ ME SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU PSZ) Eoso pieczony 120g (RYB) Sos cytrynowy 80ml (GLUPSZ ME) Ziemniaki gotowane 150g Bukiet jarzyn gotowany z oliw * 200g (SEL) Kompot owocowy z jablkami* bc 250ml	Krem z dyni * (bez glutenu, bez mleka) 400ml (SEL) Grzanki bezglutenowe () 20g (SEZ YI ezaniera : ORZ) Eoso pieczony 120g (RYB) Sos cytrynowy (bez glutenu, bez mleka) 80ml (GLUPSZ ME) Ziemniaki gotowane 150g Bukiet jarzyn gotowany z oliw * 200g (SEL) Kompot owocowy z jablkami* bc 250ml
	PD			Bułka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tluszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 30g	Platki pszenne 30g (GLUPSZ) Kefir 2.0% # 150g 1 szt (ME)		Bułka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) mielona Schab gotowany 30g Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME)	Platki pszenne 30g (GLUPSZ) Kefir 2.0% # 150g 1 szt (ME)	
Kuchnia	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ GLU YI) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ GLU YI) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Twaro ek 100g (ME) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Papryka wie a 100g Mx salat 10g Herbata czarna granulowana bc 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ GLU YI) Bułka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Twaro ek 100g (ME) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 100g Herbata czarna granulowana bc 250ml Mx salat 10g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ GLU YI) Bułka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tluszczu80%15g 1 szt Filetz kurczaka gotowany plasty 50g Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 100g Herbata czarna granulowana bc 250ml Mx salat 10g	Chleb razowy ytnio-pszenny 110g (GLUPSZ GLU YI) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Twaro ek 100g (ME) Filetz kurczaka gotowany plasty 50g Papryka wie a 100g Mx salat 10g Herbata czarna granulowana bc 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ GLU YI) Bułka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Twaro ek 100g (ME) Filetz kurczaka gotowany plasty 50g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 100g Herbata czarna granulowana bc 250ml Mx salat 10g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ GLU YI) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ GLU YI) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Twaro ek 100g (ME) Tofu 50g (SOJ) Papryka wie a 100g Mx salat 10g Herbata czarna granulowana bc 250ml	Krem z dyni * 300ml (GLUPSZ ME SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU PSZ) Bułka pszenna dluga krojona 110g (GLUPSZ) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Twaro ek 100g (ME) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 100g Herbata czarna granulowana bc 250ml Mx salat 10g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ GLU YI) Chleb Graham 50g (GLUPSZ) Mielso porcjowane 15g (82% #.) 1 szt (ME) Twaro ek 100g (ME) Filetz kurczaka gotowany plasty 50g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 100g Herbata czarna granulowana bc 250ml Mx salat 10g	Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Chleb bezglutenowy 110g (SEZ YI ezaniera : ORZ) Margaryna ozaw tluszczu80%15g 1 szt Filetz kurczaka gotowany plasty 50g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 100g Herbata czarna granulowana bc 250ml Mx salat 10g
	PN	Przedier owocowy jablko-tuskawka 120g 1 szt Wafelery owe 30g		Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ GLU YI) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g Ogorki kiszony 50g	Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ GLU YI) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g Ogorki kiszony 50g	Przedier owocowy jablko-tuskawka 120g 1 szt Wafelery owe 30g	Przedier owocowy jablko-tuskawka 120g 1 szt Ciaslo dro d owe 50g (GLUPSZ JAU ME SOJ)	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (GLUPSZ GLU YI) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g Kalafior gotowany* 50g	Przedier owocowy jablko-tuskawka 120g 1 szt Wafelery owe 30g
	Warto energetyczna: 2451.82 kcal; Bialko ogolem 114.23g; Tluszc: 80.02g; Kw #. nasy.: 29.93g; W glowodany ogolem 334.04g; W tym cukry: 80.64g; Blonnik pok.: 34.79g; Sol: 6.99g	Warto energetyczna: 2521.65 kcal; Bialko ogolem 114.40g; Tluszc: 84.84g; Kw #. nasy.: 30.04g; W glowodany ogolem 337.02g; W tym cukry: 79.06g; Blonnik pok.: 28.41g; Sol: 7.34g	Warto energetyczna: 3011.83 kcal; Bialko ogolem 137.09g; Tluszc: 108.45g; Kw #. nasy.: 31.07g; W glowodany ogolem 385.62g; W tym cukry: 64.81g; Blonnik pok.: 32.00g; Sol: 9.42g	Warto energetyczna: 2652.93 kcal; Bialko ogolem 144.16g; Tluszc: 87.56g; Kw #. nasy.: 30.40g; W glowodany ogolem 347.58g; W tym cukry: 50.03g; Blonnik pok.: 54.16g; Sol: 10.01g	Warto energetyczna: 2588.99 kcal; Bialko ogolem 129.85g; Tluszc: 85.84g; Kw #. nasy.: 29.89g; W glowodany ogolem 336.60g; W tym cukry: 78.90g; Blonnik pok.: 28.41g; Sol: 7.62g	Warto energetyczna: 2468.20 kcal; Bialko ogolem 103.05g; Tluszc: 81.84g; Kw #. nasy.: 27.70g; W glowodany ogolem 347.53g; W tym cukry: 83.52g; Blonnik pok.: 40.05g; Sol: 6.05g	Warto energetyczna: 3512.86 kcal; Bialko ogolem 164.50g; Tluszc: 129.45g; Kw #. nasy.: 50.04g; W glowodany ogolem 434.99g; W tym cukry: 76.91g; Blonnik pok.: 32.36g; Sol: 8.05g	Warto energetyczna: 2770.34 kcal; Bialko ogolem 146.95g; Tluszc: 89.70g; Kw #. nasy.: 30.44g; W glowodany ogolem 361.13g; W tym cukry: 46.29g; Blonnik pok.: 38.98g; Sol: 10.51g	Warto energetyczna: 2455.15 kcal; Bialko ogolem 98.46g; Tluszc: 89.66g; Kw #. nasy.: 19.13g; W glowodany ogolem 319.35g; W tym cukry: 63.43g; Blonnik pok.: 33.85g; Sol: 4.49g

	Wwa-ONK Podstawowa	Wwa-ONK Lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmleczna lekkostrawna	Wwa-ONK Cukrzycowa	Wwa-ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmięsa	Wwa-ONK Przetarta	Wwa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	Wwa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Indywidualnie	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUSZ, GLU, YTI) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g (GLUSZ, GLU, YTI) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasterki 50g D em 25g 1 szt Surówka z marchwi z olejem białym 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana białym 250ml Cukier 10g	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUSZ, GLU, YTI) Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasterki 50g Brokuł gotowany* 100g Herbata czarna granulowana białym 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g D em 25g 1 szt	Ry na napojku sojowym 300ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUSZ, GLU, YTI) Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUSZ) Margaryna ozow tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasterki 50g Tofu 50g (SOJ) Brokuł gotowany* 100g Herbata czarna granulowana białym 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g D em 25g 1 szt	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (GLUSZ, GLU, YTI) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasterki 50g Surówka z marchwi z olejem białym 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana białym 250ml	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUSZ, GLU, YTI) Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasterki 50g Serek twarogowy termizowany smrek mielankowy 20g 3Por x 1 szt (ME, md ezawiera : RIB, OZ, ME) Brokuł gotowany* 100g Herbata czarna granulowana białym 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g D em 25g 1 szt	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUSZ, GLU, YTI) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g (GLUSZ, GLU, YTI) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Ser dły 50g (ME) D em 25g 1 szt Surówka z marchwi z olejem białym 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana białym 250ml Cukier 10g	Ry na mleku 300ml (ME) Bulka pszenna długa krojona 110g (GLUSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g Ser dły 50g (ME) Brokuł gotowany* 100g Herbata czarna granulowana białym 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUSZ, GLU, YTI) Chleb Graham 50g (GLUSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g Schab gotowany plasterki 50g Brokuł gotowany* 100g Herbata czarna granulowana białym 250ml Salata zielona 10g	Ry na napojku sojowym 400ml (SOJ) Chleb bezglutenowy 110g (SEZ, md ezawiera : ORZ) Margaryna ozow tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasterki 50g Brokuł gotowany* 100g Tofu 50g (SOJ) Brokuł gotowany* 100g Herbata czarna granulowana białym 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g D em 25g 1 szt
	II, N			Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUSZ) Margaryna ozow tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rednio rozdrobniona, w dzona, parzona 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUSZ, GLU, YTI) Twaróg półtłusty 50g (ME) Papryka wie a 50g		Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUSZ) Serek homo naturalny 50g (ME) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU, YTI) Twaróg półtłusty 50g (ME) Cukinia pieczona z olejem* 100g	
Chleb	Grochowa z ziemniakami* 300ml (GLUSZ, SEL) Gulasz ala Stroganow 150g (GLUSZ, ME) Kasza gryczana 150g Salatka z buraczkowii jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* białym 250ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (SEL) Gulasz wieprzowy 150g (GLUSZ) Kasza kuskus/sypko 150g (GLUSZ, md ezawiera : RIB, MDX) Salatka z buraczkowii jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* białym 250ml	Grochowa z ziemniakami* 300ml (GLUSZ, SEL) Gulasz ala Stroganow 150g (GLUSZ, ME) Kasza gryczana 150g Salatka z buraczkowii jabłka z olejem 80g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 120g Kompot owocowy z jabłkami* białym 250ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (SEL) Gulasz wieprzowy 150g (GLUSZ) Kasza kuskus/sypko 150g (GLUSZ, md ezawiera : RIB, MDX) Salatka z buraczkowii jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* białym 250ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (SEL) Curry dyniowo-ziemniaczane z olejem 300g Kasza gryczana 150g Salatka z buraczkowii jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* białym 250ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (SEL) Sos bazylkowy* 80ml (GLUSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree 150g (ME) Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* białym 250ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (SEL) Gulasz wieprzowy 150g (GLUSZ) Kasza kuskus/sypko 150g (GLUSZ, md ezawiera : RIB, MDX) Salatka z buraczkowii jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* białym 250ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (SEL) Gulasz wieprzowy 150g (GLUSZ) Kasza kuskus/sypko 150g (GLUSZ, md ezawiera : RIB, MDX) Salatka z buraczkowii jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* białym 250ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400ml (SEL) Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150g Ziemniaki gotowane 150g Salatka z buraczkowii jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* białym 250ml
	PD		Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUSZ) Margaryna ozow tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasterki 30g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziane ry owe 30g	Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUSZ) mielona Filet z kurczaka gotowany 30g Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziane ry owe 30g			
Kuchnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUSZ, GLU, YTI) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g (GLUSZ, GLU, YTI) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Ogórek kiszony 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana białym 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUSZ, GLU, YTI) Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL) Herbata czarna granulowana białym 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUSZ, GLU, YTI) Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUSZ) Margaryna ozow tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Ogórek kiszony 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana białym 250ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (GLUSZ, GLU, YTI) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Ogórek kiszony 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana białym 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUSZ, GLU, YTI) Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAU) Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (SOJ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL) Herbata czarna granulowana białym 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUSZ, GLU, YTI) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g (GLUSZ, GLU, YTI) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Serek twarogowy termizowany smrek mielankowy 20g 3Por x 1 szt (ME, md ezawiera : RIB, OZ, ME) Ogórek kiszony 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana białym 250ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (SEL) Bulka pszenna długa krojona 110g (GLUSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Schab gotowany 50g Pasta z jaj 100g (JAU, ME) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL) Herbata czarna granulowana białym 250ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (ME)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUSZ, GLU, YTI) Chleb Graham 50g (GLUSZ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL) Herbata czarna granulowana białym 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g (SEZ, md ezawiera : ORZ) Margaryna ozow tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasterki 50g Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL) Herbata czarna granulowana białym 250ml Salata zielona 10g
	BN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane- ytnie 30g (GLUSZ, GLU, YTI, GLU, CZ) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Chrupki kukurydziane 30g Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUSZ, GLU, YTI) Filet z kurczaka gotowany plasterki 30g Pomidor 50g	Chrupki kukurydziane 30g Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane- ytnie 30g (GLUSZ, GLU, YTI, GLU, CZ) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Chrupki kukurydziane 30g Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU, YTI) Filet z kurczaka gotowany plasterki 30g Dynia z wody 50g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUSZ, GLU, YTI) Filet z kurczaka gotowany plasterki 30g Dynia z wody 50g
	Warto energetyczna: 2464,30 kcal; Białko ogółem 108,21 g; Tłuszcz: 80,83g; Kw. tł. nasy.: 28,62 g; W. glówniany ogółem 343,13g; W tym cukry: 72,84g; Błonnik pok.: 36,67g; Sól: 9,08g	Warto energetyczna: 2422,73 kcal; Białko ogółem 106,14g; Tłuszcz: 77,40g; Kw. tł. nasy.: 29,29 g; W. glówniany ogółem 338,84g; W tym cukry: 74,24g; Błonnik pok.: 26,29g; Sól: 6,69g	Warto energetyczna: 3016,33 kcal; Białko ogółem 136,75g; Tłuszcz: 106,84g; Kw. tł. nasy.: 32,74g; W. glówniany ogółem 390,89g; W tym cukry: 63,01g; Błonnik pok.: 29,34g; Sól: 8,49g	Warto energetyczna: 2625,02 kcal; Białko ogółem 136,00g; Tłuszcz: 83,37g; Kw. tł. nasy.: 29,99 g; W. glówniany ogółem 354,91g; W tym cukry: 39,75g; Błonnik pok.: 51,74g; Sól: 11,13g	Warto energetyczna: 2646,93 kcal; Białko ogółem 116,71g; Tłuszcz: 96,65g; Kw. tł. nasy.: 40,98 g; W. glówniany ogółem 341,00g; W tym cukry: 74,24g; Błonnik pok.: 26,29g; Sól: 7,26g	Warto energetyczna: 2517,54 kcal; Białko ogółem 77,32g; Tłuszcz: 88,68g; Kw. tł. nasy.: 44,02 g; W. glówniany ogółem 365,99g; W tym cukry: 80,04g; Błonnik pok.: 43,26g; Sól: 8,79g	Warto energetyczna: 3122,11 kcal; Białko ogółem 155,18g; Tłuszcz: 98,73g; Kw. tł. nasy.: 48,86 g; W. glówniany ogółem 420,59g; W tym cukry: 89,73g; Błonnik pok.: 32,09g; Sól: 6,75g	Warto energetyczna: 2696,24 kcal; Białko ogółem 133,94g; Tłuszcz: 88,08g; Kw. tł. nasy.: 31,57 g; W. glówniany ogółem 355,63g; W tym cukry: 49,51g; Błonnik pok.: 33,13g; Sól: 11,21g	Warto energetyczna: 2451,45 kcal; Białko ogółem 101,77g; Tłuszcz: 87,39g; Kw. tł. nasy.: 21,22 g; W. glówniany ogółem 323,48g; W tym cukry: 59,34g; Błonnik pok.: 32,89g; Sól: 2,94g

	Wwa-ONK Podstawowa	Wwa-ONK Lekko strawna	Wwa-ONK Bezmleczna lekko strawna	Wwa-ONK Cukrzycowa	Wwa-ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmi sna	Wwa-ONK Przetarta	Wwa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	Wwa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna		
2025-12-14 mieszela	niedziela	Kasza manna na mleku 300ml (<u>GLUSZ ME</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Pasta z twarogu 100g (<u>ME</u>) Banan 200g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g	Kasza manna na mleku 300ml (<u>GLUSZ ME</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Pasta z twarogu 100g (<u>ME</u>) Banan 200g Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g Roszponka 10g	Kasza manna na napju sojowym 300ml (<u>GLUSZ SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Banan 200g Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g Roszponka 10g	Kasza manna na mleku 300ml (<u>GLUSZ ME</u>) Chleb razowy ytnio-pszenny 110g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Pasta z twarogu 100g (<u>ME</u>) Papryka wie a 100g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana bć 250ml	Kasza manna na mleku 300ml (<u>GLUSZ ME</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Pasta z twarogu 100g (<u>ME</u>) Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Banan 200g Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g Roszponka 10g	Kasza manna na mleku 300ml (<u>GLUSZ ME</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Pasta z twarogu 100g (<u>ME</u>) Papryka wie a 100g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g	Kasza manna na mleku 300ml (<u>GLUSZ ME</u>) Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Twaro ek 100g (<u>ME</u>) Banan 200g Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g	Kasza manna na mleku 300ml (<u>GLUSZ ME</u>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLUSZ</u>) Pasta z twarogu 100g (<u>ME</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Kalafior gotowany* 100g Herbata czarna granulowana bć 250ml Roszponka 10g	Kasza jaglana na napju sojowym 400ml (<u>SOJ</u>) Chleb bezglutenowy 110g (<u>SEZ YI ezawiera : ORZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Banan 200g Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g Roszponka 10g	
		II	IV								
		Czad	Rosl z makaronem* 300ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Udziec z kurczaka pczony bć bć 100g Sos ziolowy* 80ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Surówka Cdestawbć 200g (<u>JAJ ME ORZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Rosl z makaronem* 300ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany bć bć 100g Sos ziolowy* 80ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Marchewniki gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Rosl z makaronem* 300ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany bć bć 100g Sos ziolowy* 80ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Kluski 1 skie* 150g (<u>JAJ</u>) Marchewniki gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Rosl z makaronem pelnozianistym 300ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany bć bć 100g Sos ziolowy* 80ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Surówka z kapusty bialej z koperkami i dejem bć 120g Marchewniki gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Rosl z makaronem* 300ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany bć bć 100g Sos ziolowy* 80ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Marchewniki gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Knedle tuszkawkami* 300g (<u>GLUSZ</u>) Sos jogurtowy naturalny 100g (<u>ME</u>) Jabko 200g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<u>GLUSZ SEL</u>) M so drobne mielone z marchew 120g Sos ziolowy* 80ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Marchewniki gotowana z dejem* 200g Ziemniaki gotowane puree 150g (<u>ME</u>) Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Rosl z makaronem* 300ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany bć bć 100g Sos ziolowy* 80ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Marchewniki gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400ml (<u>SEL</u>) Udziec z kurczaka gotowany bć bć 100g Sos ziolowy* (bez glutenu) 80ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Marchewniki gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml
			PD		Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 30g	Sok z burakówQ3L produkt pasteryzowany 1 szt (<u>SEL</u>) Wafle ry owe 30g			Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) mielona Schab gotowany 30g Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>)	Sok z burakówQ3L produkt pasteryzowany 1 szt (<u>SEL</u>) Wafle ry owe 30g	
Kobaja	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>ME</u>) Szynkowa Extra- w dzonka wieprzowa, w dzona, z wod dodan . 50g (<u>SOJ</u>) Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bć 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Szynkowa Extra- w dzonka wieprzowa, w dzona, z wod dodan . 50g (<u>SOJ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>ME</u>) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100g Herbata czarna granulowana bć 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Szynkowa wieprzowa gotowana 50g Deser sojowy o smaku waniliowym z wapierni witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100g Herbata czarna granulowana bć 250ml Salata zielona 10g	Chleb razowy ytnio-pszenny 110g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>ME</u>) Szynkowa Extra- w dzonka wieprzowa, w dzona, z wod dodan . 50g (<u>SOJ</u>) Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bć 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100g Szynkowa Extra- w dzonka wieprzowa, w dzona, z wod dodan . 50g (<u>SOJ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>ME</u>) Herbata czarna granulowana bć 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Humus z dederczy 100g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>ME</u>) Salata zielona 10g	mielona Filet z kurczaka gotowany 50g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>ME</u>) Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<u>GLUSZ SEL</u>) Bulka pszenna dluga krojona 110g (<u>GLUSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100g Herbata czarna granulowana bć 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLUSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% #) 1 szt (<u>ME</u>) Szynkowa Extra- w dzonka wieprzowa, w dzona, z wod dodan . 50g (<u>SOJ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>ME</u>) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100g Herbata czarna granulowana bć 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g (<u>SEZ YI ezawiera : ORZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Szynkowa wieprzowa gotowana 50g Deser sojowy o smaku waniliowym z wapierni witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym* 100g Herbata czarna granulowana bć 250ml Salata zielona 10g		
	PN	Meko UHT 200ml, 3,5% # 1 szt (<u>ME</u>) Chalka 50g (<u>GLUSZ JAJ, ME</u>)	Napju owsiany bez cukru Q33 1 szt (<u>GLU, ORZ YI ezawiera : SOJ, ORZ</u>) Wafle ry owe 30g	Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 30g (<u>SOJ</u>) Rzodkiewbiala rozdrobniona z jogurtem 50g (<u>ME</u>)	Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 30g (<u>SOJ</u>) Rzodkiewbiala rozdrobniona z jogurtem 50g (<u>ME</u>)	Meko UHT 200ml, 3,5% # 1 szt (<u>ME</u>) Chalka 50g (<u>GLUSZ JAJ, ME</u>)	Chalka 50g (<u>GLUSZ JAJ, ME</u>) Meko UHT 200ml, 3,5% # 1 szt (<u>ME</u>)	Przedier owocowo-werzynny jablko-marchewka 120g 1 szt Chalka 50g (<u>GLUSZ JAJ, ME</u>)	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<u>GLUSZ GLU YI</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 30g (<u>SOJ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 50g	Wafle ry owe 30g Przedier owocowo-werzynny jablko-marchewka 120g 1 szt	
	Warto energetyczna: 2437,42 kcal; Bialko ogolem 112,43g; Tluszcz: 74,80g; Kw #. nasy.: 35,44g; W glowodany ogolem 341,43g; W tym cukry: 103,79g; Blonnik pok.: 29,02g; Sol: 8,11g	Warto energetyczna: 2601,44 kcal; Bialko ogolem 114,02g; Tluszcz: 88,35g; Kw #. nasy.: 36,15g; W glowodany ogolem 347,51g; W tym cukry: 108,43g; Blonnik pok.: 23,52g; Sol: 9,12g	Warto energetyczna: 3236,72 kcal; Bialko ogolem 135,45g; Tluszcz: 116,85g; Kw #. nasy.: 36,11g; W glowodany ogolem 421,82g; W tym cukry: 95,08g; Blonnik pok.: 28,73g; Sol: 8,14g	Warto energetyczna: 2518,74 kcal; Bialko ogolem 123,91g; Tluszcz: 79,63g; Kw #. nasy.: 32,10g; W glowodany ogolem 346,25g; W tym cukry: 72,24g; Blonnik pok.: 47,61g; Sol: 11,92g	Warto energetyczna: 2671,44 kcal; Bialko ogolem 129,38g; Tluszcz: 89,28g; Kw #. nasy.: 36,36g; W glowodany ogolem 347,51g; W tym cukry: 103,43g; Blonnik pok.: 23,52g; Sol: 9,29g	Warto energetyczna: 2500,28 kcal; Bialko ogolem 78,83g; Tluszcz: 68,76g; Kw #. nasy.: 33,01g; W glowodany ogolem 405,90g; W tym cukry: 84,68g; Blonnik pok.: 28,86g; Sol: 6,03g	Warto energetyczna: 3295,91 kcal; Bialko ogolem 142,75g; Tluszcz: 111,73g; Kw #. nasy.: 50,25g; W glowodany ogolem 443,41g; W tym cukry: 114,62g; Blonnik pok.: 28,34g; Sol: 8,06g	Warto energetyczna: 2671,41 kcal; Bialko ogolem 128,18g; Tluszcz: 86,79g; Kw #. nasy.: 32,51g; W glowodany ogolem 357,00g; W tym cukry: 67,64g; Blonnik pok.: 34,54g; Sol: 13,30g	Warto energetyczna: 2477,18 kcal; Bialko ogolem 94,17g; Tluszcz: 81,62g; Kw #. nasy.: 18,30g; W glowodany ogolem 347,30g; W tym cukry: 94,44g; Blonnik pok.: 31,79g; Sol: 4,28g		

	Wwa-ONK Podstawowa	Wwa-ONK Lekko strawna	Wwa-ONK Bezmleczna lekko strawna	Wwa-ONK Cukrzycowa	Wwa-ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmi sra	Wwa-ONK Przetarta	Wwa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	Wwa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna		
2025-12-15 poniedziałek	nielazanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Schab gotowany plasty 50g Buraczki gotowane plasty 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Schab gotowany plasty 50g Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Rukola 10g D em 25g 1 szt	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 300ml (<i>SOJ</i>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt (<i>ME</i>) Schab gotowany plasty 50g Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Rukola 10g D em 25g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Schab gotowany plasty 50g Rukola 10g Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Ser mozzarella kulki 50g (<i>ME</i>) Schab gotowany plasty 50g Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Rukola 10g D em 25g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasztet sojowy z pomidorami 100g (<i>SOJ, GOR</i>) Rukola 10g Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Bulka pszenna długa krojona 110g (<i>GLUSZ</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) mielona Schab gotowany 50g Buraczki gotowane 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Bulka pszenna długa krojona 50g 1 szt (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) mielona Schab gotowany 50g Buraczki gotowane 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Rukola 10g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400ml (<i>SOJ</i>) Chleb bezglutenowy 110g (<i>SEZ, m, ezawiera : GRZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Rukola 10g D em 25g 1 szt	
		II, N		Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa d. bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Szynkowa Extra- w dzonka wieprzowa, w dzonka, z wod dodan . 30g (<i>SOJ</i>) Pomidor 50g			Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Twaro ek 50g (<i>ME</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>)	Chleb mieszany pszenno- żytni 50 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Szynkowa Extra- w dzonka wieprzowa, w dzonka, z wod dodan . 30g (<i>SOJ</i>) Cukinia pieczona z dejem* 50g		
		Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami* 300ml (<i>GLUSZ, ME, SEL</i>) Ry na sypko 150g Mus z jabłek () b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100g (<i>ME</i>)	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<i>GLUSZ, SEL</i>) Ry na sypko 150g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100g (<i>ME</i>) Mus z jabłek () b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<i>GLUSZ, SEL</i>) Pulpet drobiowy 100g (<i>GLUSZ, JAJ</i>) Sos majerankowy* 80ml (<i>GLU, PSZ, SEL</i>) Ry na sypko 150g Sznajk gotowany z dejem* 200g (<i>GLUSZ</i>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<i>GLUSZ, ME, SEL</i>) Ry na sypko 150g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100g (<i>ME</i>) Mus z jabłek () b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami* 300ml (<i>GLUSZ, ME, SEL</i>) Ry na sypko 150g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100g (<i>ME</i>) Mus z jabłek () b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<i>GLUSZ, SEL</i>) Ry na sypko 150g Mus z jabłek () b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100g (<i>ME</i>)	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<i>GLUSZ, SEL</i>) Ziemniaki gotowane puree 150g (<i>ME</i>) M. so drobiowe mielone z marchewk 120g Sos majerankowy* 80ml (<i>GLU, PSZ, SEL</i>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Sznajk gotowany z dejem* 200g (<i>GLUSZ</i>)	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<i>GLUSZ, SEL</i>) Ry na sypko 150g Pulpet drobiowy 100g (<i>GLUSZ, JAJ</i>) Sos majerankowy* 80ml (<i>GLU, PSZ, SEL</i>) Sznajk gotowany z dejem* 200g (<i>GLUSZ</i>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400ml (<i>SEL</i>) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100g (<i>JAJ</i>) Ry na sypko 150g Sos majerankowy* (bez glutenu) 80ml (<i>SEL</i>) Sznajk gotowany z dejem (bez glutenu)* 200g (<i>GLUSZ</i>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml
		PD		Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLU, PSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 30g	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (<i>ME</i>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g				Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (<i>ME</i>) Ciasto dro d owe 50g (<i>GLUSZ, JAJ, ME, SOJ</i>)	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (<i>ME</i>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Ser dły 50g (<i>ME</i>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa w dzonka 50g (<i>SOJ, m, e, zawiara : GLUSZ, JAJ, ME, SEL, GOR</i>) Papryka wie a 100g Mx salat 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa w dzonka 50g (<i>SOJ, m, e, zawiara : GLUSZ, JAJ, ME, SEL, GOR</i>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<i>JAJ</i>) Budy o smaku mielankowym z/c 200ml (<i>ME</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Mx salat 10g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Kurczak z Bobrovník produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony wosłonce niejadalne 50g Jajko gotowane kl M 1 szt (<i>JAJ</i>) Budy o smaku mielankowym z/c na napoju sojowym 200ml (<i>SOJ</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Mx salat 10g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<i>JAJ</i>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa w dzonka 50g (<i>SOJ, m, e, zawiara : GLUSZ, JAJ, ME, SEL, GOR</i>) Papryka wie a 100g Mx salat 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa w dzonka 50g (<i>SOJ, m, e, zawiara : GLUSZ, JAJ, ME, SEL, GOR</i>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<i>JAJ</i>) Budy o smaku mielankowym z/c 200ml (<i>ME</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Mx salat 10g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Ser dły 50g (<i>ME</i>) Papryka wie a 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<i>GLUSZ, SEL</i>) Bulka pszenna długa krojona 110g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g Budy o smaku mielankowym z/c 200ml (<i>ME</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Pasta z jaj 100g (<i>JAJ, ME</i>)	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Chleb Graham 50g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa w dzonka 50g (<i>SOJ, m, e, zawiara : GLUSZ, JAJ, ME, SEL, GOR</i>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<i>JAJ</i>) Budy o smaku mielankowym z/c 200ml (<i>ME</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Mx salat 10g	Chleb bezglutenowy 110g (<i>SEZ, m, ezawiera : GRZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<i>JAJ</i>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa w dzonka 50g (<i>SOJ, m, e, zawiara : GLUSZ, JAJ, ME, SEL, GOR</i>) Budy o smaku mielankowym z/c na napoju sojowym 200ml (<i>SOJ</i>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Mx salat 10g
RY	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 1 szt Pasztetki z kapust i pieczarkami 100g (<i>GLUSZ, JAJ</i>)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Ciasto dro d owe 50g (<i>GLUSZ, JAJ, ME, SOJ</i>)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Ogorek kiszony 50g	Ciasto dro d owe 50g (<i>GLUSZ, JAJ, ME, SOJ</i>) Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Pasztetki z kapust i pieczarkami 100g (<i>GLUSZ, JAJ</i>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 1 szt	Chrupki kukurydziane 30g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chleb mieszany pszenno- żytni 50 g (<i>GLUSZ, GLU, YD</i>) Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Brokol gotowany* 50g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g		
	Warto energetyczna: 2573,50 kcal; Białko ogółem: 104,96g; Tłuszcz: 67,05g; Kw. tł. nasy.: 37,36g; W. główny ogółem: 358,70g; W. tym cukry: 60,35g; Błonnik pok.: 33,18g; Sol: 7,64g	Warto energetyczna: 2451,53 kcal; Białko ogółem: 99,86g; Tłuszcz: 63,39g; Kw. tł. nasy.: 31,22g; W. główny ogółem: 379,91g; W. tym cukry: 82,15g; Błonnik pok.: 21,21g; Sol: 8,36g	Warto energetyczna: 2925,48 kcal; Białko ogółem: 132,17g; Tłuszcz: 92,50g; Kw. tł. nasy.: 30,10g; W. główny ogółem: 401,08g; W. tym cukry: 59,37g; Błonnik pok.: 23,92g; Sol: 10,06g	Warto energetyczna: 2492,68 kcal; Białko ogółem: 126,08g; Tłuszcz: 73,62g; Kw. tł. nasy.: 27,42g; W. główny ogółem: 351,85g; W. tym cukry: 47,61g; Błonnik pok.: 50,71g; Sol: 10,00g	Warto energetyczna: 2641,58 kcal; Białko ogółem: 114,93g; Tłuszcz: 77,31g; Kw. tł. nasy.: 39,09g; W. główny ogółem: 380,95g; W. tym cukry: 82,89g; Błonnik pok.: 21,21g; Sol: 9,28g	Warto energetyczna: 2752,47 kcal; Białko ogółem: 89,90g; Tłuszcz: 99,98g; Kw. tł. nasy.: 38,66g; W. główny ogółem: 365,12g; W. tym cukry: 60,35g; Błonnik pok.: 35,98g; Sol: 7,73g	Warto energetyczna: 3174,21 kcal; Białko ogółem: 156,67g; Tłuszcz: 94,96g; Kw. tł. nasy.: 41,58g; W. główny ogółem: 436,73g; W. tym cukry: 90,65g; Błonnik pok.: 27,30g; Sol: 9,01g	Warto energetyczna: 2707,26 kcal; Białko ogółem: 135,25g; Tłuszcz: 75,93g; Kw. tł. nasy.: 29,46g; W. główny ogółem: 383,04g; W. tym cukry: 51,13g; Błonnik pok.: 29,45g; Sol: 10,30g	Warto energetyczna: 2442,58 kcal; Białko ogółem: 105,62g; Tłuszcz: 78,55g; Kw. tł. nasy.: 19,94g; W. główny ogółem: 331,73g; W. tym cukry: 58,06g; Błonnik pok.: 25,60g; Sol: 5,03g		

	Wwa-ONK Podstawowa	Wwa-ONK Lekko strawna	Wwa-ONK Bezmleczna lekko strawna	Wwa-ONK Cukrzycowa	Wwa-ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmi sra	Wwa-ONK Przetarta	Wwa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	Wwa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2025-12-16 wtorek	naładowanie	Platki j. czmienne na mleku 300ml (<i>ME, GLU, CZ</i>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Twaróg półtłusty 100g (<i>ME</i>) Jabłko 200g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Platki j. czmienne na mleku 300ml (<i>ME, GLU, CZ</i>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Twaróg półtłusty 100g (<i>ME</i>) Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Rukola 10g	Platki j. czmienne na napju sjojwym 300ml (<i>SOJ, GLU, J, CZ</i>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt (<i>ME</i>) Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sjojowego i wody 50g (<i>SOJ</i>) Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Rukola 10g	Platki j. czmienne na mleku 300ml (<i>ME, GLU, CZ</i>) Chleb razowy ytnio-pszenny 110 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Twaróg półtłusty 100g (<i>ME</i>) Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Platki j. czmienne na mleku 300ml (<i>ME, GLU, CZ</i>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sjojowego i wody 50g (<i>SOJ</i>) Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Rukola 10g	Platki j. czmienne na mleku 300ml (<i>ME, GLU, CZ</i>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Twaróg półtłusty 100g (<i>ME</i>) Jabłko 200g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Platki j. czmienne na mleku 300ml (<i>ME, GLU, CZ</i>) Bulka pszenna długa krojona 110g (<i>GLUPSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Serek homo naturalny 100g (<i>ME</i>) Mx z jabłek 0 b/c 150g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Platki j. czmienne na mleku 300ml (<i>ME, GLU, CZ</i>) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<i>GLUPSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Twaróg półtłusty 100g (<i>ME</i>) Brokuł gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Rukola 10g	Kasza jagłana na napju sjojowym 400ml (<i>SOJ</i>) Chleb bezglutenowy 110g (<i>SEZ, m, ezawiera : ORZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50g Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Rukola 10g
	II, III			Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany 30g	Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Schab gotowany 30g Papryka wie a 50g		Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) mielona Schab gotowany 30g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>)	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Schab gotowany 30g Drynka z wody 50g		
	Obiad	Jarzynowa z zacier *dieta 300 ml (<i>GLUPSZ, ME, SEL</i>) Szparana wlokwina 100g Sos pietruszkowy* 80ml (<i>GLU, PSZ, ME</i>) Ziemniaki gotowane 150g Surowka wykwinna z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Jarzynowa z zacier *dieta 300 ml (<i>GLUPSZ, ME, SEL</i>) Szparana wlokwina 100g Sos pietruszkowy* 80ml (<i>GLU, PSZ, ME</i>) Ziemniaki gotowane 150g Marchewmini gotowana z olejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Jarzynowa z zacier (bez mleka)* 300ml (<i>GLUPSZ, SEL</i>) Szparana wlokwina 100g Kopyłka ziemniaczane * 150g (<i>GLUPSZ, JAJ</i>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<i>GLUPSZ</i>) Marchewmini gotowana z olejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Jarzynowa z zacier *dieta 300 ml (<i>GLUPSZ, ME, SEL</i>) Szparana wlokwina 100g Sos pietruszkowy* 80ml (<i>GLU, PSZ, ME</i>) Ziemniaki gotowane 150g Fasolka szparagowa z wody* 80g Surowka wykwinna z olejem b/c 120g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Jarzynowa z zacier *dieta 300 ml (<i>GLUPSZ, ME, SEL</i>) Szparana wlokwina 100g Sos pietruszkowy* 80ml (<i>GLU, PSZ, ME</i>) Surowka wykwinna z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Jarzynowa z zacier *dieta 300 ml (<i>GLUPSZ, ME, SEL</i>) Pierogi ukrai skie * z masłem 300 g (<i>GLUPSZ, ME</i>) Surowka wykwinna z olejem b/c 250ml	Jarzynowa z zacier *dieta 300 ml (<i>GLUPSZ, ME, SEL</i>) M so wlotwe mielone z marchewk i 20g Sos pietruszkowy* 80ml (<i>GLU, PSZ, ME</i>) Ziemniaki gotowane puree 150g (<i>ME</i>) Marchewmini gotowana z olejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Jarzynowa z zacier *dieta 300 ml (<i>GLUPSZ, ME, SEL</i>) Szparana wlokwina 100g Sos pietruszkowy* 80ml (<i>GLU, PSZ, ME</i>) Ziemniaki gotowane 150g Marchewmini gotowana z olejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Jarzynowa z ziemiakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (<i>SEL</i>) Szparana wlokwina 100g Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80ml Ziemniaki gotowane 150g Marchewmini gotowana z olejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml
	PD			Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLU, PSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<i>JAJ</i>)	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30g 1 szt (<i>GLUPSZ, ME, SEZ, m, ezawiera : ORZ</i>) Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLU, PSZ</i>) Pasta z jaj 50g (<i>JAJ, ME</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>)	Wafle ry owe 30g (<i>GLU, PSZ</i>) Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
Kolejka	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100g (<i>SOJ</i>) Pomidor 100g Schab gotowany 50g Mx salat 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100g (<i>SOJ</i>) Schab gotowany 50g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Mx salat 10g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100g (<i>SOJ</i>) Schab gotowany 50g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Mx salat 10g	Chleb razowy ytnio-pszenny 110 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100g (<i>SOJ</i>) Pomidor 100g Mx salat 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Schab gotowany 50g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<i>GLUPSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100g (<i>SOJ</i>) Schab gotowany 50g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Mx salat 10g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100g (<i>SOJ</i>) Ser dty 50g (<i>ME</i>) Pomidor 100g Mx salat 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Jarzynowa z zacier *dieta 300 ml (<i>GLUPSZ, ME, SEL</i>) Bulka pszenna długa krojona 110g (<i>GLU, PSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100g (<i>SOJ</i>) mielona Schab gotowany 50g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Chleb Graham 50g (<i>GLUPSZ</i>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100g (<i>SOJ</i>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Mx salat 10g Schab gotowany 50g	Chleb bezglutenowy 110g (<i>SEZ, m, ezawiera : ORZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany 50g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100g (<i>SOJ</i>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Mx salat 10g	
BN	Bulka ma lana 50g 1 szt (<i>GLU, PSZ, JAJ, ME</i>) Kefir 2,0% 1150g 1 szt (<i>ME</i>)	Kefir 2,0% 1150g 1 szt (<i>ME</i>) Bulka ma lana 50g 1 szt (<i>GLU, PSZ, JAJ, ME</i>)	Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Wafle ry owe 30g	Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Filet z kurczaka gotowany 30g Ogórek wie y 50g		Kefir 2,0% 1150g 1 szt (<i>ME</i>) Bulka ma lana 50g 1 szt (<i>GLUPSZ, JAJ, ME</i>)	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (<i>GLUPSZ, GLU, YT</i>) Filet z kurczaka gotowany 30g Cukinia pieczona z olejem* 50g	Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Wafle ry owe 30g		
	Warto energetyczna: 2463,86 kcal; Białko ogółem: 122,06g; Tłuszcz: 89,80g; Kw tł. nasy.: 29,90g; W glowodany ogółem: 305,93g; W tym cukry: 64,31g; Błonnik pok.: 31,58g; Sól: 6,06g	Warto energetyczna: 2516,73 kcal; Białko ogółem: 124,11g; Tłuszcz: 89,53g; Kw tł. nasy.: 29,85g; W glowodany ogółem: 315,75g; W tym cukry: 63,19g; Błonnik pok.: 27,40g; Sól: 7,27g	Warto energetyczna: 3128,20 kcal; Białko ogółem: 135,73g; Tłuszcz: 117,04g; Kw tł. nasy.: 33,72g; W glowodany ogółem: 388,70g; W tym cukry: 67,96g; Błonnik pok.: 28,74g; Sól: 9,42g	Warto energetyczna: 2578,92 kcal; Białko ogółem: 146,45g; Tłuszcz: 93,06g; Kw tł. nasy.: 32,51g; W glowodany ogółem: 307,78g; W tym cukry: 52,67g; Błonnik pok.: 52,64g; Sól: 9,50g	Warto energetyczna: 2435,03 kcal; Białko ogółem: 115,26g; Tłuszcz: 86,34g; Kw tł. nasy.: 27,06g; W glowodany ogółem: 312,36g; W tym cukry: 60,25g; Błonnik pok.: 27,40g; Sól: 8,60g	Warto energetyczna: 2886,57 kcal; Białko ogółem: 102,69g; Tłuszcz: 127,08g; Kw tł. nasy.: 51,41g; W glowodany ogółem: 348,73g; W tym cukry: 66,57g; Błonnik pok.: 32,28g; Sól: 6,03g	Warto energetyczna: 3244,80 kcal; Białko ogółem: 152,47g; Tłuszcz: 122,84g; Kw tł. nasy.: 47,18g; W glowodany ogółem: 395,97g; W tym cukry: 47,44g; Błonnik pok.: 29,59g; Sól: 8,24g	Warto energetyczna: 2698,29 kcal; Białko ogółem: 148,25g; Tłuszcz: 91,51g; Kw tł. nasy.: 31,64g; W glowodany ogółem: 335,58g; W tym cukry: 46,51g; Błonnik pok.: 36,37g; Sól: 11,78g	Warto energetyczna: 2444,38 kcal; Białko ogółem: 103,18g; Tłuszcz: 86,92g; Kw tł. nasy.: 18,76g; W glowodany ogółem: 314,79g; W tym cukry: 65,75g; Błonnik pok.: 33,57g; Sól: 4,29g	

	Wwa-ONK Podstawowa	Wwa-ONK Lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmleczna lekkostrawna	Wwa-ONK Cukrzycowa	Wwa-ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmiśna	Wwa-ONK Przetarta	Wwa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	Wwa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2025-12-17	iniciator	Ry na mleku 300ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy w dzony parzony z dodan wod 50g (<i>GLUSZ SOJ ME nde zawieta : JAJ SEL GOR</i>) Pomara cza 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Ry na mleku 300ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy w dzony parzony z dodan wod 50g (<i>GLUSZ SOJ ME nde zawieta : JAJ SEL GOR</i>) Banan 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g	Ry na napojku sojowym 300ml (<i>SOJ</i>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony woslonce niejadalnej 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g	Ry na mleku 300ml (<i>ME</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy w dzony parzony z dodan wod 50g (<i>GLUSZ SOJ ME nde zawieta : JAJ SEL GOR</i>) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Ry na mleku 300ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Serak warogowy fermentowany smek mielankowy 20g 3[Por] x 1 szt (<i>ME nde zawieta : RYB OJ ME</i>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy w dzony parzony z dodan wod 50g (<i>GLUSZ SOJ ME nde zawieta : JAJ SEL GOR</i>) Banan 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g	Ry na mleku 300ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Serak homo naturalny 100g (<i>ME</i>) Pomara cza 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Ry na mleku 300ml (<i>ME</i>) Bulka pszenna dluga krojona 110g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) mielona Schab gotowany 50g Banan 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Ry na mleku 300ml (<i>ME</i>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy w dzony parzony z dodan wod 50g (<i>GLUSZ SOJ ME nde zawieta : JAJ SEL GOR</i>) Kalafior gotowany 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Ry na napojku sojowym 400ml (<i>SOJ</i>) Chleb bezglutenowy 110g (<i>SEZ nde zawieta : ORZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka wieprzowa gotowana 50g Banan 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g
		II		Bulka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<i>JAJ</i>) Pomidor 50g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<i>JAJ</i>) Pomidor 50g			Bulka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Pasta z jaj 50g (<i>JAJ ME</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<i>JAJ</i>) Brokul gotowany* 50g	
2025-12-17	roczka	Kapu niak z kapusty kiszonej* 300ml (<i>GLUSZ SEL GOR</i>) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Kasza gryczana 150g Sos jarzynowy* 80ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Surowka z marchwi i chrzanu b/c 200g (<i>ME SOJ</i>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Kasza j czmienna/sypko 150g (<i>GLU CZ</i>) Sos jarzynowy* 80ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Kapu niak z kapusty kiszonej* 300ml (<i>GLUSZ SEL GOR</i>) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Kasza gryczana 150g Sos jarzynowy* 80ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Cukinia gotowana z pomidorami* 80g Surowka z marchwi i chrzanu b/c 120g (<i>ME SOJ</i>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Kasza j czmienna/sypko 150g Sos jarzynowy* 80ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Surowka z marchwi i chrzanu b/c 200g (<i>ME SOJ</i>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Kaszo to wegetaria skie z tofu* 300g (<i>SOJ SEL GLU CZ</i>) Sos jarzynowy* 80ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Surowka z marchwi i chrzanu b/c 200g (<i>ME SOJ</i>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml (<i>GLUSZ SEL</i>) M so drobitowe mielone z marchewk 120g Ziemniaki gotowane puree 150g (<i>ME</i>) Sos jarzynowy* 80ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml (<i>GLUSZ SEL</i>) M so drobitowe mielone z marchewk 120g Ziemniaki gotowane puree 150g (<i>ME</i>) Sos jarzynowy* 80ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Kasza j czmienna/sypko 150g (<i>GLU CZ</i>) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos jarzynowy* 80ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400ml (<i>SEL</i>) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80ml (<i>SEL</i>) Ziemniaki gotowane 150g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml Cukinia gotowana z pomidorami* 200g
		PD		Bulka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rednio rozdrobniona, w dzona, parzona 30g	Wafle kukurydziane 35g Sok pomidorowy 0,2L-100% tloczony 1 szt		Bulka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Twaro ek 50g (<i>ME</i>)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tloczony 1 szt Wafle kukurydziane 35g		
2025-12-17	kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80g (<i>RYB SEL</i>) Ogorek kiszony 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrow/150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80g (<i>RYB SEL</i>) Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Rukola 10g Jogurt owocowy bez dodatku cukrow/150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80g (<i>RYB SEL</i>) Ogorek kiszony 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrow/150g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80g (<i>RYB SEL</i>) Ogorek kiszony 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrow/150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Bulka pszenna dluga krojona 50g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80g (<i>RYB SEL</i>) Szynka Plastowka- vp, w dzona, parzona z dod. b sojowego i wody 50g (<i>SOJ</i>) Buraczki gotowane plasty 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrow/150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80g (<i>RYB SEL</i>) Ogorek kiszony 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrow/150g 1 szt	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml (<i>GLUSZ SEL</i>) Bulka pszenna dluga krojona 110g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrow/150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Chleb Graham 50g (<i>GLUSZ</i>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<i>ME</i>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80g (<i>RYB SEL</i>) Buraczki gotowane plasty 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrow/150g 1 szt	Chleb bezglutenowy 110g (<i>SEZ nde zawieta : ORZ</i>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 80g (<i>RYB SEL</i>) Buraczki gotowane plasty 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Deser sojowy o smaku czekoladowym 125g 1 szt (<i>SOJ</i>)
		PN	Podplomyki b/c 30g (<i>GLUSZ ME</i>) Przedier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt Wafle kukurydziane 35g	Przedier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt Wafle kukurydziane 35g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa w dzona 30g (<i>SOJ nde zawieta : GLUSZ JAJ ME SEL GOR</i>) Rzodkiew biala rozdrobniona z jogurtem 50g (<i>ME</i>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Przedier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt	Podplomyki b/c 30g (<i>GLUSZ ME</i>) Przedier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt	Przedier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt Biszkopty 30g (<i>GLUSZ JAJ ME GLU CZ</i>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<i>GLUSZ GLU YD</i>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa w dzona 30g (<i>SOJ nde zawieta : GLUSZ JAJ ME SEL GOR</i>) Dylnia z wody 50g	Wafle kukurydziane 35g Przedier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt
	Warto energetyczna: 2318,81 kcal; Bialko ogolem 98,47 g; Tluszcz: 68,08g; Kw tl. nasy.: 30,65 g; W glowodany ogolem: 339,22g; W tym cukry: 72,12g; Blonnik pok.: 33,55g; Sol: 9,09g	Warto energetyczna: 2445,46 kcal; Bialko ogolem 96,54g; Tluszcz: 66,28g; Kw tl. nasy.: 28,48 g; W glowodany ogolem: 372,16g; W tym cukry: 93,66g; Blonnik pok.: 23,21 g; Sol: 7,15g	Warto energetyczna: 3000,82 kcal; Bialko ogolem 118,00g; Tluszcz: 91,20g; Kw tl. nasy.: 29,07 g; W glowodany ogolem: 408,67g; W tym cukry: 95,00g; Blonnik pok.: 27,76g; Sol: 8,86g	Warto energetyczna: 2549,24 kcal; Bialko ogolem 118,49g; Tluszcz: 79,20g; Kw tl. nasy.: 32,67 g; W glowodany ogolem: 331,78g; W tym cukry: 46,95g; Blonnik pok.: 47,72g; Sol: 12,99g	Warto energetyczna: 2647,96 kcal; Bialko ogolem 110,31 g; Tluszcz: 81,99g; Kw tl. nasy.: 38,68 g; W glowodany ogolem: 374,33g; W tym cukry: 93,92g; Blonnik pok.: 23,21 g; Sol: 8,90g	Warto energetyczna: 2267,79 kcal; Bialko ogolem 80,94g; Tluszcz: 60,45g; Kw tl. nasy.: 26,37 g; W glowodany ogolem: 355,61g; W tym cukry: 73,75g; Blonnik pok.: 41,92g; Sol: 7,31g	Warto energetyczna: 3144,74 kcal; Bialko ogolem 139,23g; Tluszcz: 99,16g; Kw tl. nasy.: 48,17 g; W glowodany ogolem: 439,47g; W tym cukry: 107,24g; Blonnik pok.: 23,93g; Sol: 7,37g	Warto energetyczna: 2581,52 kcal; Bialko ogolem 117,66g; Tluszcz: 72,99g; Kw tl. nasy.: 30,45 g; W glowodany ogolem: 345,42g; W tym cukry: 43,01g; Blonnik pok.: 32,28g; Sol: 12,53g	Warto energetyczna: 2437,05 kcal; Bialko ogolem 87,14g; Tluszcz: 69,53g; Kw tl. nasy.: 16,83 g; W glowodany ogolem: 340,97g; W tym cukry: 93,23g; Blonnik pok.: 28,88g; Sol: 3,97g	

	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 Bezmi sra	W-wa-ONK Przetarta	W-wa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Indywidualnie	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ,ME) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ,GLU,YT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ,GLU,YT) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Szyunkowa d. bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g D em 25g 1 szt Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Pomidorki koktajlowe 100g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ,ME) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ,GLU,YT) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Szyunkowa d. bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Fasolka szparagowa z wody* 100g Salata zielona 10g	Kasza manna na napju sojowym 300ml (GLUPSZ,SOJ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ,GLU,YT) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Szyunkowa d. bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Fasolka szparagowa z wody* 100g Salata zielona 10g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ,ME) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (GLUPSZ,GLU,YT) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Szyunkowa d. bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ,ME) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ,GLU,YT) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Szyunkowa d. bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Fasolka szparagowa z wody* 100g Salata zielona 10g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ,ME) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ,GLU,YT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ,GLU,YT) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) D em 25g 1 szt Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Pomidorki koktajlowe 100g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ,ME) Bułka pszenna długa krojona 110g (GLUPSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ,GLU,YT) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Pasta z jaj 50g (JAJ,ME) D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Mus z jabłek () b/c 150g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ,ME) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ,GLU,YT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Pasta z jaj 50g (JAJ,ME) D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Mus z jabłek () b/c 150g	Kasza jagłana na napju sojowym 400ml (SOJ) Chleb bezglutenowy 110g (SEZ,ITD,ezawiera : ORZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt Szyunkowa d. bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Fasolka szparagowa z wody* 100g Salata zielona 10g
	II, N			Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Surowka z marchwi z olejem b/c 100g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ,GLU,YT) Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Surowka z marchwi z olejem b/c 100g			Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) mielona Filet z kurczaka gotowany 30g Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME)	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (GLUPSZ,GLU,YT) Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Kukinia pieczona z olejem* 50g
Obrab	Krem z zielonych warzyw 300ml (SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU,PSZ) Sos bolo ski z mi sa wieprz lop* 150g (GLUPSZ,SEL) Makaron Spaghetti 150g (GLU,PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krem z zielonych warzyw 300ml (SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU,PSZ) Makaron Spaghetti 150g (GLU,PSZ) Sos bolo ski z mi sa wieprz lop* 150g (GLUPSZ,SEL) Makaron Spaghetti 150g (GLU,PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krem z zielonych warzyw 300ml (SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU,PSZ) Sos bolo ski z mi sa wieprz lop* 150g (GLUPSZ,SEL) Makaron Spaghetti 150g (GLU,PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Surowka z rzodkwi białej i jabłka () 80g (ME) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krem z zielonych warzyw 300ml (SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU,PSZ) Sos bolo ski z mi sa wieprz lop* 150g (GLUPSZ,SEL) Makaron Spaghetti 150g (GLU,PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krem z zielonych warzyw 300ml (SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU,PSZ) Sos bolo ski z mi sa wieprz lop* 150g (GLUPSZ,SEL) Makaron Spaghetti 150g (GLU,PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krem z zielonych warzyw 300ml (SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU,PSZ) Makaron vegetaria ski z diecierz 300g (GLUPSZ,SOJ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krem z zielonych warzyw 300ml (SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU,PSZ) M. so wieprzowe mielone z diecierz 300g 120g Sos pomidorowy 80ml (GLUPSZ) Ziemniaki gotowane puree 150g (ME) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krem z zielonych warzyw 300ml (SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU,PSZ) Sos bolo ski z mi sa wieprz lop* 150g (GLUPSZ,SEL) Makaron Spaghetti 150g (GLU,PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krem z zielonych warzyw 400ml (SEL) Grzanki bezglutenowe () 20g (SEZ,ITD,ezawiera : ORZ) Bilka schabowa duszona (bez glutenu) 100g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane 150g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ)	Wafle ry owe 30g Jogurt naturalny 150g 1 szt (ME)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (ME) Chrupki kukurydziane 30g	Wafle ry owe 30g Jogurt naturalny 150g 1 szt (ME)	
Krabaja	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ,GLU,YT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ,GLU,YT) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Pasztet fasoli* 70g (JAJ) Serek ziamisty 150g 1 szt (ME) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ,GLU,YT) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasty 50g Serek ziamisty 150g 1 szt (ME) Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ,GLU,YT) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Galaretki o smaku truskawkowym 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (GLUPSZ,GLU,YT) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Pasztet fasoli* 70g (JAJ) Serek ziamisty 150g 1 szt (ME) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ,GLU,YT) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasty 50g Serek ziamisty 150g 1 szt (ME) Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ,GLU,YT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ,GLU,YT) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Serek ziamisty 150g 1 szt (ME) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Krem z zielonych warzyw 300ml (SEL) Grzanki pszenne () 20g (GLU,PSZ) Bułka pszenna długa krojona 110g (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Mielona Schab gotowany 50g Serek ziamisty 150g 1 szt (ME) Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ,GLU,YT) Chleb Graham 50g (GLUPSZ) Mleko porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasty 50g Serek ziamisty 150g 1 szt (ME) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g (SEZ,ITD,ezawiera : ORZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Galaretki o smaku truskawkowym 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ)
	PN	Ciasto dro d owe 50g (GLUPSZ,JAJ,ME,SOJ) Sok pomidorowy 0,2L-100% liozony 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% liozony 1 szt Wafle ry owe 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ,GLU,YT) Szyunka Ptaszowska- wp, w dzona, parzona z dod. b sojowego i wody 30g (SOJ) Pomidr 50g	Ciasto dro d owe 50g (GLUPSZ,JAJ,ME,SOJ) Sok pomidorowy 0,2L-100% liozony 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% liozony 1 szt Ciasto dro d owe 50g (GLUPSZ,JAJ,ME,SOJ)	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (GLUPSZ,GLU,YT) Szyunka Ptaszowska- wp, w dzona, parzona z dod. b sojowego i wody 30g (SOJ) Kalafior gotowany* 50g
	Warto energetyczna: 2598,01 kcal; Bialko ogolem: 112,69g; Tluszcz: 88,48g; Kw tl. nasy.: 32,88g; W glowodany ogolem: 350,03g; W tym cukry: 59,04g; Blonnik pok.: 31,72g; Sol: 9,88g	Warto energetyczna: 2666,94 kcal; Bialko ogolem: 128,92g; Tluszcz: 81,07g; Kw tl. nasy.: 32,81g; W glowodany ogolem: 360,57g; W tym cukry: 53,03g; Blonnik pok.: 18,39g; Sol: 9,99g	Warto energetyczna: 3014,14 kcal; Bialko ogolem: 126,04g; Tluszcz: 98,57g; Kw tl. nasy.: 30,93g; W glowodany ogolem: 411,74g; W tym cukry: 53,17g; Blonnik pok.: 21,91g; Sol: 9,34g	Warto energetyczna: 2772,26 kcal; Bialko ogolem: 135,59g; Tluszcz: 91,65g; Kw tl. nasy.: 34,73g; W glowodany ogolem: 372,43g; W tym cukry: 53,25g; Blonnik pok.: 56,65g; Sol: 9,65g	Warto energetyczna: 2806,94 kcal; Bialko ogolem: 141,42g; Tluszcz: 90,77g; Kw tl. nasy.: 35,81g; W glowodany ogolem: 361,17g; W tym cukry: 53,03g; Blonnik pok.: 18,39g; Sol: 10,35g	Warto energetyczna: 2599,26 kcal; Bialko ogolem: 106,96g; Tluszcz: 86,23g; Kw tl. nasy.: 33,06g; W glowodany ogolem: 360,07g; W tym cukry: 56,90g; Blonnik pok.: 32,03g; Sol: 8,98g	Warto energetyczna: 3474,91 kcal; Bialko ogolem: 165,75g; Tluszcz: 114,03g; Kw tl. nasy.: 47,66g; W glowodany ogolem: 455,32g; W tym cukry: 61,23g; Blonnik pok.: 26,04g; Sol: 9,99g	Warto energetyczna: 2785,35 kcal; Bialko ogolem: 149,42g; Tluszcz: 86,08g; Kw tl. nasy.: 33,43g; W glowodany ogolem: 364,24g; W tym cukry: 38,83g; Blonnik pok.: 31,52g; Sol: 10,87g	Warto energetyczna: 2477,07 kcal; Bialko ogolem: 103,29g; Tluszcz: 83,65g; Kw tl. nasy.: 18,69g; W glowodany ogolem: 326,99g; W tym cukry: 48,93g; Blonnik pok.: 23,69g; Sol: 5,85g

	Wwa-ONK Podstawowa	Wwa-ONK Lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmleczna lekkostrawna	Wwa-ONK Cukrzycowa	Wwa-ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmiśna	Wwa-ONK Przetarta	Wwa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	Wwa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Indywidualne	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>ME</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Twaróg półtłusty 100g (<u>ME</u>) Jabłko 200g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>ME</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Twaróg półtłusty 100g (<u>ME</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Bzroskwinię wysroplę 200g	Zacierka na napoju sjojowym 300ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rednio rozdrobniona, w dziona, parzona 50g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Bzroskwinię wysroplę 200g	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>ME</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Mięso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Twaróg półtłusty 100g (<u>ME</u>) Surowka z marchwi z olejem b/c 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>ME</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Twaróg półtłusty 100g (<u>ME</u>) Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rednio rozdrobniona, w dziona, parzona 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Sałata zielona 10g Bzroskwinię wysroplę 200g	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>ME</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Twaróg półtłusty 100g (<u>ME</u>) Jabłko 200g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>ME</u>) Bułka pszenna długa krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Twaróg ek 100g (<u>ME</u>) Mś z brzoźwki 150g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>ME</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Twaróg półtłusty 100g (<u>ME</u>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyunkowa wieprzowa gotowana 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Bzroskwinię wysroplę 200g	Kasza kukurydziana na napoju sjojowym 400ml (<u>SOJ</u>) Chleb bezglutenowy 110g (<u>SEZ</u> <u>ITO</u> <u>ezawiera</u> : <u>ORZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyunkowa wieprzowa gotowana 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Bzroskwinię wysroplę 200g
	II, IV			Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasterki 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Schab gotowany plasterki 30g Papryka wie a 50g			Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) mielona Schab gotowany 30g Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Schab gotowany plasterki 30g Buraczki gotowane plasterki 50g
Obiad	Krupnik j czmienny z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<u>SEL</u> <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Ryba smażona (Dorsz) 120g (<u>GLUPSZ</u> <u>JAU</u> <u>RIB</u>) Ziemniaki gotowane 150g Surowka z kapusty kiszanej z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<u>SEL</u> <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120g (<u>RIB</u>) Sos ziołowy* 80ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Warzywa po grecku* 200g (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<u>SEL</u> <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120g (<u>RIB</u>) Sos ziołowy* 80ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Warzywa po grecku* 200g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Surowka z kapusty kiszanej z olejem b/c 120g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<u>SEL</u> <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120g (<u>RIB</u>) Sos ziołowy* 80ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Warzywa po grecku* 200g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Surowka z kapusty kiszanej z olejem b/c 120g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<u>SEL</u> <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120g (<u>RIB</u>) Sos ziołowy* 80ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Warzywa po grecku* 200g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Surowka z kapusty kiszanej z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<u>SEL</u> <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Ryba smażona (Dorsz) 120g (<u>GLUPSZ</u> <u>JAU</u> <u>RIB</u>) Ziemniaki gotowane 150g Surowka z kapusty kiszanej z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<u>SEL</u> <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120g (<u>RIB</u>) Sos ziołowy* 80ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 150g (<u>ME</u>) Warzywa po grecku* 200g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<u>SEL</u> <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120g (<u>RIB</u>) Sos ziołowy* 80ml (<u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Warzywa po grecku* 200g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Ry owa (bez mleka)* 400ml (<u>SEL</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120g (<u>RIB</u>) Sos ziołowy* (bez glutenu) 80ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Warzywa po grecku* (bez glutenu) 200g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyunkowa drobna kielbasa grubo rozdrobniona 30g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>ME</u>) Wafle ry owa 30g			Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) mielona Filet z kurczaka gotowany 30g Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>)	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>ME</u>) Podplomyki b/c 30g (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u>)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dzieta 100g (<u>JAU</u> <u>ME</u>) Szyunkowa drobna kielbasa grubo rozdrobniona 50g Ogórek kiszony 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dzieta 100g (<u>JAU</u> <u>ME</u>) Szyunkowa drobna kielbasa grubo rozdrobniona 50g Cukinia pieczona z olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Rukola 10g	Cukinia pieczona z olejem* 100g Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem z olejem -dzieta 100g (<u>JAU</u>) Szyunkowa drobna kielbasa grubo rozdrobniona 50g Ogórek kiszony 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Rukola 10g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dzieta 100g (<u>JAU</u> <u>ME</u>) Szyunkowa drobna kielbasa grubo rozdrobniona 50g Ogórek kiszony 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Cukinia pieczona z olejem* 100g Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUPSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dzieta 100g (<u>JAU</u> <u>ME</u>) Szyunkowa drobna kielbasa grubo rozdrobniona 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Rukola 10g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dzieta 100g (<u>JAU</u> <u>ME</u>) Serek twarogowy termizowany smak mielankowy 20g 3 Por x 1 szt (<u>ME</u> <u>no ezawiera</u> : <u>RIB</u> <u>OT</u> <u>ME</u>) Ogórek kiszony 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Cukinia pieczona z olejem* 100g Krupnik j czmienny z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (<u>SEL</u> <u>GLU</u> <u>J</u> <u>CZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 110g (<u>GLUPSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dzieta 100g (<u>JAU</u> <u>ME</u>) Szyunkowa drobna kielbasa grubo rozdrobniona 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Rukola 10g	Cukinia pieczona z olejem* 100g Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLUPSZ</u>) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dzieta 100g (<u>JAU</u> <u>ME</u>) Szyunkowa drobna kielbasa grubo rozdrobniona 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Rukola 10g	Cukinia pieczona z olejem* 100g Chleb bezglutenowy 110g (<u>SEZ</u> <u>ITO</u> <u>ezawiera</u> : <u>ORZ</u>) Chleb Graham 50g Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem z olejem -dzieta 100g (<u>JAU</u>) Filet z kurczaka gotowany 70g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Rukola 10g
	PN	Podplomyki b/c 20g (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u>) Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>ME</u>)	Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>ME</u>) Podplomyki b/c 20g (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u>)	Chrupki kukurydziane 30g Napój oświaty bez cukru Q 33 1 szt (<u>GLU</u> <u>W</u> <u>no ezawiera</u> : <u>SOJ</u> <u>ORZ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Filet z kurczaka gotowany plasterki 30g Rzodkiewka biała rozdrobniona z jogurtem 50g (<u>ME</u>)	Podplomyki b/c 20g (<u>GLUPSZ</u> <u>ME</u>) Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>ME</u>)		Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>ME</u>) Chrupki kukurydziane 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u>) Filet z kurczaka gotowany plasterki 30g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50g
	Warto energetyczna: 2463,07 kcal; Białko ogółem 111,53g; Tłuszcz: 89,00g; Kw. tł. nasy.: 33,63g; W. gwałodany ogółem 316,00g; W tym cukry: 65,24g; Błonnik pok.: 30,71g; Sól: 9,80g	Warto energetyczna: 2459,70 kcal; Białko ogółem 118,54g; Tłuszcz: 74,49g; Kw. tł. nasy.: 32,38g; W. gwałodany ogółem 338,77g; W tym cukry: 86,90g; Błonnik pok.: 23,84g; Sól: 7,27g	Warto energetyczna: 3069,52 kcal; Białko ogółem 130,21g; Tłuszcz: 108,95g; Kw. tł. nasy.: 29,99g; W. gwałodany ogółem 404,43g; W tym cukry: 75,14g; Błonnik pok.: 30,16g; Sól: 10,28g	Warto energetyczna: 2566,63 kcal; Białko ogółem 154,56g; Tłuszcz: 74,12g; Kw. tł. nasy.: 29,64g; W. gwałodany ogółem 342,74g; W tym cukry: 50,57g; Błonnik pok.: 49,45g; Sól: 10,50g	Warto energetyczna: 2512,70 kcal; Białko ogółem 130,20g; Tłuszcz: 75,13g; Kw. tł. nasy.: 32,65g; W. gwałodany ogółem 338,77g; W tym cukry: 86,90g; Błonnik pok.: 23,84g; Sól: 8,22g	Warto energetyczna: 2566,31 kcal; Białko ogółem 106,49g; Tłuszcz: 102,15g; Kw. tł. nasy.: 43,47g; W. gwałodany ogółem 317,13g; W tym cukry: 64,82g; Błonnik pok.: 30,71g; Sól: 8,94g	Warto energetyczna: 3287,57 kcal; Białko ogółem 146,20g; Tłuszcz: 116,60g; Kw. tł. nasy.: 59,78g; W. gwałodany ogółem 426,37g; W tym cukry: 83,46g; Błonnik pok.: 28,10g; Sól: 7,23g	Warto energetyczna: 2702,22 kcal; Białko ogółem 159,81g; Tłuszcz: 74,66g; Kw. tł. nasy.: 29,53g; W. gwałodany ogółem 361,99g; W tym cukry: 53,85g; Błonnik pok.: 34,24g; Sól: 9,64g	Warto energetyczna: 2590,26 kcal; Białko ogółem 108,71g; Tłuszcz: 91,42g; Kw. tł. nasy.: 19,09g; W. gwałodany ogółem 340,44g; W tym cukry: 70,21g; Błonnik pok.: 31,59g; Sól: 3,72g

	Wwa-ONK Podstawowa	Wwa-ONK Lekko strawna	Wwa-ONK Bezmleczna lekko strawna	Wwa-ONK Cukrzycowa	Wwa-ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmi sna	Wwa-ONK Przetarta	Wwa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	Wwa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2025-12-20 sobota	II N	Platki owsiane na mleku 300ml (ME, GLUOM) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb razowy, ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Ser dty 50g (ME) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g	Platki owsiane na mleku 300ml (ME, GLUOM) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasty 50g Mód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Brokul gotowany* 100g	Platki owsiane na napju sjojowym 300ml (SOI, GLUOM) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Mód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Brokul gotowany* 100g	Platki owsiane na mleku 300ml (ME, GLUOM) Chleb razowy ytnio-pszenny 110g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasty 50g Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bć 250ml	Platki owsiane na mleku 300ml (ME, GLUOM) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasty 50g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa w dzona 50g (SOI, MD e zamiera : GLUPSZ, JAI, ME, SEL, GOR) Mód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Brokul gotowany* 100g	Platki owsiane na mleku 300ml (ME, GLUOM) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb razowy, ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Ser dty 50g (ME) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g	Platki owsiane na mleku 300ml (ME, GLUOM) Bulka pszenna dluga krojona 110g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Schab gotowany 50g Mód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g Brokul gotowany* 100g	Platki owsiane na mleku 300ml (ME, GLUOM) Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb Graham 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab gotowany plasty 50g Brokul gotowany* 100g Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g	Kasza jaglana na napju sjojowym 400ml (SOI) Chleb bezglutenowy 110g (SEZ, MD ezawiera : ORZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Mód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana bć 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Brokul gotowany* 100g
		Ogórkowa z ziemniakami* 300ml (GLUPSZ, ME, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100g Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Ry nasypko z kurkum 150g Surowka z marchwi z olejem bć 20g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100g Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Ry nasypko z kurkum 150g Buraczki gotowane 20g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Ogórkowa z ziemniakami* 300ml (GLUPSZ, ME, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100g Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Kasza gryczana 150g Surowka z marchwi z olejem bć 120g Buraczki gotowane 80g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100g Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Ry nasypko z kurkum 150g Buraczki gotowane 20g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Ry nasypko z kurkum 150g Gulasz sjojowy z warzywami* (bez glutenu) 150g (SOI, SEL) Surowka z marchwi z olejem bć 200g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Ogórkowa z ziemniakami* 300ml (GLUPSZ, ME, SEL) Ry nasypko z kurkum 150g Gulasz sjojowy z warzywami* (bez glutenu) 150g (SOI, SEL) Surowka z marchwi z olejem bć 200g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) M. so drobiowe mielone z marchewk 120g Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree 150g (ME) Buraczki gotowane 20g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) M. so drobiowe mielone z marchewk 120g Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree 150g (ME) Buraczki gotowane 20g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100g (GLUPSZ) Sos jarzynowy* 80ml (GLUPSZ, SEL) Ry nasypko z kurkum 150g Buraczki gotowane 20g Kompot owocowy z jablkami* bć 250ml
Kuchnia	PD	Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Szynkowa d. bowa drobna kielbasa grubo rozdrobniona 30g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Wafle kukurydziane 35g	Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Wafle kukurydziane 35g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Wafle kukurydziane 35g	Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Schab gotowany 30g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Wafle kukurydziane 35g	Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Schab gotowany 30g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Wafle kukurydziane 35g	
		Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb razowy, ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 50g (SOI) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (ME) Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bć 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 50g (SOI) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (ME) Marchewgotowana z olejem* 100g Herbata czarna granulowana bć 250ml Deser sjojowy o smaku czekoladowym 125g 1 szt (SOI) Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z indyka gotowany plasty 50g Marchewgotowana z olejem* 100g Herbata czarna granulowana bć 250ml Deser sjojowy o smaku czekoladowym 125g 1 szt (SOI) Salata zielona 10g	Chleb razowy ytnio-pszenny 110g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 50g (SOI) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (ME) Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bć 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 50g (SOI) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (ME) Pomidorki koktajlowe 100g Marchewgotowana z olejem* 100g Herbata czarna granulowana bć 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Pasta z groszku zielonego bñr 100g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (ME) Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bć 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Bulka pszenna dluga krojona 110g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (ME) Marchewgotowana z olejem* 100g Herbata czarna granulowana bć 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb Graham 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (ME) Marchewgotowana z olejem* 100g Herbata czarna granulowana bć 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g (SEZ, MD ezawiera : ORZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z indyka gotowany plasty 50g Deser sjojowy o smaku czekoladowym 125g 1 szt (SOI) Marchewgotowana z olejem* 100g Herbata czarna granulowana bć 250ml Salata zielona 10g
PN	PN	Sok tłoczony jabłkowo-gruszkowy NFC 100% 200ml 1 szt Mini Crispy pieczony chrupkię orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30g 1 szt (GLUPSZ, ME, SEL, MD e zamiera : ORZ)	Sok tłoczony jabłkowo-gruszkowy NFC 100% 200ml 1 szt Bulka ma lana 50g 1 szt (GLUPSZ, JAI, ME) Kurczak zapiekany produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka woslonca niejadalnę 30g (JAI, SOI, ME, GOR, MD ezawiera : GLUPSZ, SEL)	Sok tłoczony jabłkowo-gruszkowy NFC 100% 200ml 1 szt Wafle kukurydziane 35g	Ogórek kiszony 50g Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Kurczak zapiekany produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka woslonca niejadalnę 30g (JAI, SOI, ME, GOR, MD ezawiera : GLUPSZ, SEL)	Bulka ma lana 50g 1 szt (GLUPSZ, JAI, ME) Sok tłoczony jabłkowo-gruszkowy NFC 100% 200ml 1 szt	Sok tłoczony jabłkowo-gruszkowy NFC 100% 200ml 1 szt Bulka ma lana 50g 1 szt (GLUPSZ, JAI, ME)	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Kurczak zapiekany produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka woslonca niejadalnę 30g (JAI, SOI, ME, GOR, MD ezawiera : GLUPSZ, SEL) Dynia z wody 50g	Sok tłoczony jabłkowo-gruszkowy NFC 100% 200ml 1 szt Wafle kukurydziane 35g	
		Warto energetyczna: 2311,47 kcal; Białko ogółem 114,40g; Tłuszcz: 75,31g; Kw. tł. nasy.: 34,96g; W glowodany ogółem 306,19g; W tym cukry: 74,93g; Błonnik pok.: 36,34g; Sól: 8,42g	Warto energetyczna: 2380,33 kcal; Białko ogółem 123,79g; Tłuszcz: 54,11g; Kw. tł. nasy.: 24,46g; W glowodany ogółem 360,89g; W tym cukry: 76,68g; Błonnik pok.: 23,92g; Sól: 6,88g	Warto energetyczna: 2905,28 kcal; Białko ogółem 133,20g; Tłuszcz: 81,24g; Kw. tł. nasy.: 27,61g; W glowodany ogółem 393,53g; W tym cukry: 72,12g; Błonnik pok.: 28,47g; Sól: 7,70g	Warto energetyczna: 2407,13 kcal; Białko ogółem 141,98g; Tłuszcz: 62,07g; Kw. tł. nasy.: 26,16g; W glowodany ogółem 315,49g; W tym cukry: 57,00g; Błonnik pok.: 46,94g; Sól: 12,94g	Warto energetyczna: 2439,61 kcal; Białko ogółem 133,93g; Tłuszcz: 55,88g; Kw. tł. nasy.: 24,88g; W glowodany ogółem 361,77g; W tym cukry: 76,68g; Błonnik pok.: 23,92g; Sól: 8,18g	Warto energetyczna: 2375,07 kcal; Białko ogółem 98,45g; Tłuszcz: 70,52g; Kw. tł. nasy.: 31,97g; W glowodany ogółem 352,20g; W tym cukry: 77,03g; Błonnik pok.: 43,47g; Sól: 6,76g	Warto energetyczna: 3089,18 kcal; Białko ogółem 155,75g; Tłuszcz: 85,53g; Kw. tł. nasy.: 42,16g; W glowodany ogółem 439,06g; W tym cukry: 82,21g; Błonnik pok.: 28,82g; Sól: 6,74g	Warto energetyczna: 2468,45 kcal; Białko ogółem 144,09g; Tłuszcz: 55,05g; Kw. tł. nasy.: 25,51g; W glowodany ogółem 335,11g; W tym cukry: 52,30g; Błonnik pok.: 31,68g; Sól: 10,37g	Warto energetyczna: 2339,59 kcal; Białko ogółem 100,54g; Tłuszcz: 58,36g; Kw. tł. nasy.: 14,63g; W glowodany ogółem 329,26g; W tym cukry: 69,66g; Błonnik pok.: 29,48g; Sól: 3,14g

	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 Bezmi sra	W-wa-ONK Przetarta	W-wa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna		
2025-12-21 niedziela	nielazanie	Kasza j. czmienna na mleku 300 ml (<u>ME, GLU, CZ</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy w dzony parzony z dodan wod 50g (<u>GLUSZ, SOJ, ME, MD e zawieta - JAU, SEL, GOR</u>) Jabłko 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Kasza j. czmienna na mleku 300 ml (<u>ME, GLU, CZ</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy w dzony parzony z dodan wod 50g (<u>GLUSZ, SOJ, ME, MD e zawieta - JAU, SEL, GOR</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Jabłko pieczone 200g	Kasza j. czmienna na napoju sjoowym 300ml (<u>SOJ, GLU, J, CZ</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Kurczak z Bobownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony woslonce niejadalnej 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Jabłko pieczone 200g	Kasza j. czmienna na mleku 300 ml (<u>ME, GLU, CZ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy w dzony parzony z dodan wod 50g (<u>GLUSZ, SOJ, ME, MD e zawieta - JAU, SEL, GOR</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Jabłko pieczone 200g	Kasza j. czmienna na mleku 300 ml (<u>ME, GLU, CZ</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy w dzony parzony z dodan wod 50g (<u>GLUSZ, SOJ, ME, MD e zawieta - JAU, SEL, GOR</u>) Ser mozzarella kulki 50g (<u>ME</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Jabłko pieczone 200g	Kasza j. czmienna na mleku 300 ml (<u>ME, GLU, CZ</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Pasztet sjoowy z pomidorami 100g (<u>SOJ, GOR</u>) Jabłko 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Kasza j. czmienna na mleku 300 ml (<u>ME, GLU, CZ</u>) Bulka pszenna długa krojona 110g (<u>GLUSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Twaro ek 50g (<u>ME</u>) Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Kasza j. czmienna na mleku 300 ml (<u>ME, GLU, CZ</u>) Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Plat szynkowy - produkt wieprzowy w dzony parzony z dodan wod 50g (<u>GLUSZ, SOJ, ME, MD e zawieta - JAU, SEL, GOR</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Kasza kukurydziana na napoju sjoowym 400ml (<u>SOJ</u>) Chleb bezglutenowy 110g (<u>SEZ, MD ezawieta - ORZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Jabłko pieczone 200g	
		II, N		Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Pomidor 50g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Pomidor 50g			Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Jabłko pieczone 200g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>)	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Kalafior gotowany* 50g		
		Obiad	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (<u>GLUSZ, ME, SEL</u>) Bilka schabowa duszona 100g (<u>GLUSZ</u>) Sos własny () 80ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Surówka z kapusty peki skiej z papryk i olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Bilka schabowa duszona 100g (<u>GLUSZ</u>) Sos własny () 80ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Bilka schabowa duszona 100g (<u>GLUSZ, SEL</u>) Sos własny () 80ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Pyzy ziemniaczane* 150g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Bilka schabowa duszona 100g (<u>GLUSZ, SEL</u>) Sos własny () 80ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Surówka z kapusty peki skiej z papryk i olejem 120g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Bilka schabowa duszona 100g (<u>GLUSZ, SEL</u>) Sos własny () 80ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (<u>GLUSZ, ME, SEL</u>) Knedle z tuszkawkami* 300g Sos własny () 80ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Sos jogurtowy naturalny 100g Młs z jabłek () b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Bilka schabowa duszona 100g (<u>GLUSZ</u>) Sos własny () 80ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 150g (<u>ME</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Bilka schabowa duszona 100g (<u>GLUSZ</u>) Sos własny () 80ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 150g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z ry em (bez mleka)* 400ml (<u>SEZ</u>) Bilka schabowa duszona (bez glutenu) 100g Sos własny (bez glutenu) 80ml Ziemniaki gotowane 150g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml
		PD		Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Piasłowska- wp, w dzona, parzona z dod. b.sjoowego i wody 30g (<u>SOJ</u>)	Kefir 2.0% tł 150g, 1 szt (<u>ME</u>) Orzechy włoskie luskane 30g (<u>ORZ</u>)		Kefir 2.0% tł 150g, 1 szt (<u>ME</u>) Biszkopty b/c 30g (<u>GLUSZ, JAU</u>)		Kefir 2.0% tł 150g, 1 szt (<u>ME</u>) Wafle ry owe 30g		
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 100g (<u>ME</u>) Schab gotowany plasty 50g D em 25g 1 szt Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 100g (<u>ME</u>) Schab gotowany plasty 50g D em 25g 1 szt Brokul gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAU</u>) D em 25g 1 szt Brokul gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 100g (<u>ME</u>) Schab gotowany plasty 50g Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Bulka pszenna długa krojona 50g (<u>GLUSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 100g (<u>ME</u>) Schab gotowany plasty 50g D em 25g 1 szt Brokul gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 100g (<u>ME</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAU</u>) D em 25g 1 szt Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 300ml (<u>GLUSZ, SEL</u>) Bulka pszenna długa krojona 110g (<u>GLUSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) mielona Schab gotowany 50g Pasta z jaj 100g (<u>JAU, ME</u>) D em 25g 1 szt Brokul gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60 g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLUSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>ME</u>) Serek homo. naturalny 100g (<u>ME</u>) Schab gotowany plasty 50g Brokul gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g (<u>SEZ, MD ezawieta - ORZ</u>) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAU</u>) D em 25g 1 szt Brokul gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g
PV	Ciasto dro d owe 50g (<u>GLUSZ, JAU, ME, SOJ</u>) Mis z brzoskw 150g	Mis z brzoskw 150g Ciasto dro d owe 50g (<u>GLUSZ, JAU, ME, SOJ</u>)	Mis z brzoskw 150g Wafle ry owe 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Pier gotowana premium dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony w oslonce niejadalnej 30g (<u>MD e zawieta - GLUSZ, JAU, SOJ, ME, SEL, GOR</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 50g	Ciasto dro d owe 50g (<u>GLUSZ, JAU, ME, SOJ</u>) Mis z brzoskw 150g		Mis z brzoskw 150g Ciasto dro d owe 50g (<u>GLUSZ, JAU, ME, SOJ</u>)	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (<u>GLUSZ, GLU, YD</u>) Pier gotowana premium dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony w oslonce niejadalnej 30g (<u>MD e zawieta - GLUSZ, JAU, SOJ, ME, SEL, GOR</u>) Buraczki gotowane plasty 50g	Mis z brzoskw 150g Wafle ry owe 30g		
	Warto energetyczna: 2493.89 kcal; Bialko ogolem: 118.73g; Tluszcz: 76.33g; Kw tl. nasy.: 28.63g; W glowodany ogolem: 347.99g; W tym cukry: 91.77g; Blonnik pok.: 33.88g; Sol: 6.78g	Warto energetyczna: 2619.16 kcal; Bialko ogolem: 123.50g; Tluszcz: 79.33g; Kw tl. nasy.: 30.85g; W glowodany ogolem: 366.34g; W tym cukry: 92.54g; Blonnik pok.: 30.53g; Sol: 7.33g	Warto energetyczna: 3081.28 kcal; Bialko ogolem: 138.57g; Tluszcz: 100.54g; Kw tl. nasy.: 30.85g; W glowodany ogolem: 417.62g; W tym cukry: 80.62g; Blonnik pok.: 30.72g; Sol: 9.43g	Warto energetyczna: 2614.57 kcal; Bialko ogolem: 144.46g; Tluszcz: 99.84g; Kw tl. nasy.: 30.09g; W glowodany ogolem: 308.34g; W tym cukry: 43.93g; Blonnik pok.: 48.42g; Sol: 8.21g	Warto energetyczna: 2739.21 kcal; Bialko ogolem: 132.32g; Tluszcz: 88.40g; Kw tl. nasy.: 35.03g; W glowodany ogolem: 367.08g; W tym cukry: 93.28g; Blonnik pok.: 30.53g; Sol: 8.07g	Warto energetyczna: 2756.25 kcal; Bialko ogolem: 73.51g; Tluszcz: 80.94g; Kw tl. nasy.: 27.58g; W glowodany ogolem: 451.95g; W tym cukry: 90.62g; Blonnik pok.: 34.48g; Sol: 7.01g	Warto energetyczna: 3216.14 kcal; Bialko ogolem: 145.65g; Tluszcz: 100.56g; Kw tl. nasy.: 42.28g; W glowodany ogolem: 446.86g; W tym cukry: 101.48g; Blonnik pok.: 32.54g; Sol: 6.93g	Warto energetyczna: 2674.37 kcal; Bialko ogolem: 148.61g; Tluszcz: 82.59g; Kw tl. nasy.: 28.28g; W glowodany ogolem: 350.23g; W tym cukry: 39.72g; Blonnik pok.: 35.80g; Sol: 9.90g	Warto energetyczna: 2417.56 kcal; Bialko ogolem: 103.73g; Tluszcz: 79.61g; Kw tl. nasy.: 18.90g; W glowodany ogolem: 328.53g; W tym cukry: 78.28g; Blonnik pok.: 33.28g; Sol: 3.42g		

Oznaczenia alergenów

GLU PSZ - Zbo a zawieraj ce gluten pszeny,
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 laktoz ,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdaly,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mi czaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU YT - Zbo a zawierajace gluten ytni,
GLU OW - Zbo a zawieraj ce gluten owsiany,
GLU J CZ - Zbo a zawieraj ce gluten j czmienny,

Oznaczenia wska nikowod .:

Warto energetyczna - Warto energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Bialko ogolem - Bialko ogolem wg rozp. 1169/2011,
Tluszcz - Tluszcz,
W glowodany ogolem - W glowodany ogolem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tl. nasy. - Kwasy tluszczowe nasycone ogolem,
Blonnik pok. - Blonnik pokarmowy,
- % energii z bialka,
Ener. z T - % energii z tluszczu,
- % energii z w glowodanow,
Ener. z Bł. - % energii z blonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,