

	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		
2025-12-22; poniedziałek	II. II	niedziela	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> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wód dodan 50g ( <i>SOJ</i> ) Opłatek kiszony 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt	Ry na mleku 300ml ( <i>ME</i> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUSZ, GLU, YD</i> ) Bulka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wód dodan 50g ( <i>SOJ</i> ) Rukola 10g Brokuł gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt	Ry na napojku sojowym 300ml ( <i>SOJ</i> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUSZ, GLU, YD</i> ) Bulka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wód dodan 50g ( <i>SOJ</i> ) Brokuł gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Rukola 10g D em 25g 1 szt	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> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wód dodan 50g ( <i>SOJ</i> ) Opłatek kiszony 100g Rukola 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 długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wód dodan 50g ( <i>SOJ</i> ) Opłatek kiszony 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt	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> ) Pasztet sojowy z pomidorami 70g ( <i>SOJ, GOR</i> ) Opłatek kiszony 100g Rukola 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt	Ry na mleku 300ml ( <i>ME</i> ) Bulka pszenna długa krojona 110g ( <i>GLUSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) mielony Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wód dodan 100g ( <i>SOJ</i> ) Brokuł gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt	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> ) mielony Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wód dodan 100g ( <i>SOJ</i> ) Brokuł gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Rukola 10g	Ry na napojku sojowym 400ml ( <i>SOJ</i> ) Chleb bezglutenowy 110g ( <i>SEZ, YD, ezawiera : ORZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wód dodan 50g ( <i>SOJ</i> ) Brokuł gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Rukola 10g D em 25g 1 szt
			Fasolowa z ziemniakami * 300ml ( <i>GLUSZ, SEL</i> ) Mł so drobniowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Sos pietruszkowy* 80ml ( <i>GLU, PSZ, ME</i> ) Surowka z selera i jabłka z olejem b/c 200g ( <i>SEL</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml ( <i>GLUSZ, SEL</i> ) Mł so drobniowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Ziemniaki gotowane 150g Sos pietruszkowy* 80ml ( <i>GLU, PSZ, ME</i> ) Szpinak gotowany z olejem* 200g ( <i>GLUSZ</i> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml ( <i>GLUSZ, SEL</i> ) Mł so drobniowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Kluski i skie* 150g ( <i>JAJ</i> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80ml ( <i>GLU, PSZ, ME</i> ) Szpinak gotowany z olejem* 200g ( <i>GLUSZ</i> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Fasolowa z ziemniakami * 300ml ( <i>GLUSZ, SEL</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Mł so drobniowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Sos pietruszkowy* 80ml ( <i>GLU, PSZ, ME</i> ) Surowka z selera i jabłka z olejem b/c 120g ( <i>SEL</i> ) Szpinak gotowany z olejem* 80g ( <i>GLUSZ</i> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml ( <i>GLUSZ, SEL</i> ) Mł so drobniowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Ziemniaki gotowane 150g Surowka z selera i jabłka z olejem b/c 200g ( <i>SEL</i> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Fasolowa z ziemniakami * 300ml ( <i>GLUSZ, SEL</i> ) Pierogi ukrai skie* z masłem 300g ( <i>GLUSZ, ME</i> ) Surowka z selera i jabłka z olejem b/c 200g ( <i>SEL</i> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml ( <i>GLUSZ, SEL</i> ) Ziemniaki gotowane puree 150g ( <i>ME</i> ) Mł so drobniowe mielone z marchew 120g Sos pietruszkowy* 80ml ( <i>GLU, PSZ, ME</i> ) Szpinak gotowany z olejem* 200g ( <i>GLUSZ</i> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml ( <i>GLUSZ, SEL</i> ) Mł so drobniowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Ziemniaki gotowane 150g Sos pietruszkowy* 80ml ( <i>GLU, PSZ, ME</i> ) Szpinak gotowany z olejem* 200g ( <i>GLUSZ</i> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, glutenu)* 400ml ( <i>SEL</i> ) Mł so drobniowe gotowane z ud ca kurczaka 100g Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80ml Ziemniaki gotowane 150g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml
			Bulka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 30g	Bulka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 30g	Bulka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 30g	Pieczewo chrupkie ekstrudowane- żytnie 30g ( <i>GLU, PSZ, GLU, YD, GLU, CZ</i> ) Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 30g	Bulka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> )	Bulka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Mielona Schab gotowany 30g Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> )	Pieczewo chrupkie kukurydziano ry owe 30g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Bulka bezglutenowa 110g ( <i>SEZ, YD, ezawiera : ORZ</i> ) Chleb Graham 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Pasztet rybnny z warzywami (Dorsz) ** 70g ( <i>GLUSZ, JAJ, RIB, SEL</i> ) Serek Almette mini 30g 2 szt ( <i>ME</i> ) Kalafior gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g
			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> ) Pasztet rybnny z warzywami (Dorsz) ** 70g ( <i>GLUSZ, JAJ, RIB, SEL</i> ) Serek Almette mini 30g 2 szt ( <i>ME</i> ) Surowka z marchwi z olejem b/c 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUSZ, GLU, YD</i> ) Bulka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Pasztet rybnny z warzywami (Dorsz) ** 70g ( <i>GLUSZ, JAJ, RIB, SEL</i> ) Serek Almette mini 30g 2 szt ( <i>ME</i> ) Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 200g ( <i>ME</i> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUSZ, GLU, YD</i> ) Bulka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet rybnny z warzywami (Dorsz) ** 70g ( <i>GLUSZ, JAJ, RIB, SEL</i> ) Jogurt wega ski- kokos migdał 150g 1 szt ( <i>ORZ</i> ) Galaretki o smaku truskawkowym 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g ( <i>GLUSZ, GLU, YD</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Pasztet rybnny z warzywami (Dorsz) ** 70g ( <i>GLUSZ, JAJ, RIB, SEL</i> ) Serek Almette mini 30g 2 szt ( <i>ME</i> ) Surowka z marchwi z olejem b/c 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUSZ, GLU, YD</i> ) Bulka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Pasztet rybnny z warzywami (Dorsz) ** 70g ( <i>GLUSZ, JAJ, RIB, SEL</i> ) Serek Almette mini 30g 2 szt ( <i>ME</i> ) Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 200g ( <i>ME</i> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	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> ) Serek Almette mini 30g 2 szt ( <i>ME</i> ) Pasztet rybnny z warzywami (Dorsz) ** 70g ( <i>GLUSZ, JAJ, RIB, SEL</i> ) Surowka z marchwi z olejem b/c 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Dyniowa 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> ) Pasztet rybnny z warzywami (Dorsz) ** 70g ( <i>GLUSZ, JAJ, RIB, SEL</i> ) Serek Almette mini 30g 2 szt ( <i>ME</i> ) Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 200g ( <i>ME</i> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml	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> ) Pasztet rybnny z warzywami (Dorsz) ** 70g ( <i>GLUSZ, JAJ, RIB, SEL</i> ) Serek Almette mini 30g 2 szt ( <i>ME</i> ) Kalafior gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g ( <i>SEZ, YD, ezawiera : ORZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Jogurt wega ski- kokos migdał 150g 1 szt ( <i>ORZ</i> ) Galaretki o smaku truskawkowym 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g
			Pieczewo chrupkie kukurydziano ry owe 30g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Pieczewo chrupkie kukurydziano ry owe 30g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Pieczewo chrupkie kukurydziano ry owe 30g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUSZ, GLU, YD</i> ) Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Rozdrobniona z jogurtem 50g ( <i>ME</i> )	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Pieczewo chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Pieczewo chrupkie kukurydziano ry owe 30g Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <i>ME</i> )	Pieczewo chrupkie kukurydziano ry owe 30g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Chrupki kukurydziane 30g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Chrupki kukurydziane 30g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <i>GLUSZ, GLU, YD</i> ) Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Cukinia pieczona z olejem* 50g
Warto energetyczna: 2344,20 kcal; Białko ogółem: 98,27 g; Tłuszcz: 76,26 g; Kw tł. nasy.: 35,69 g; W glowodany ogółem: 334,46 g; W tym cukry: 54,40 g; Błonnik pok.: 39,49 g; Soli: 11,29 g	Warto energetyczna: 2508,21 kcal; Białko ogółem: 107,22 g; Tłuszcz: 70,95 g; Kw tł. nasy.: 35,91 g; W glowodany ogółem: 368,53 g; W tym cukry: 52,18 g; Błonnik pok.: 23,49 g; Soli: 9,36 g	Warto energetyczna: 3101,78 kcal; Białko ogółem: 126,00 g; Tłuszcz: 99,10 g; Kw tł. nasy.: 40,25 g; W glowodany ogółem: 435,42 g; W tym cukry: 49,04 g; Błonnik pok.: 26,09 g; Soli: 10,69 g	Warto energetyczna: 2567,84 kcal; Białko ogółem: 124,21 g; Tłuszcz: 80,06 g; Kw tł. nasy.: 36,56 g; W glowodany ogółem: 362,52 g; W tym cukry: 41,32 g; Błonnik pok.: 57,43 g; Soli: 12,78 g	Warto energetyczna: 2527,81 kcal; Białko ogółem: 119,63 g; Tłuszcz: 73,20 g; Kw tł. nasy.: 35,88 g; W glowodany ogółem: 356,35 g; W tym cukry: 52,18 g; Błonnik pok.: 23,49 g; Soli: 9,34 g	Warto energetyczna: 2802,79 kcal; Białko ogółem: 88,27 g; Tłuszcz: 109,55 g; Kw tł. nasy.: 54,98 g; W glowodany ogółem: 383,03 g; W tym cukry: 59,80 g; Błonnik pok.: 42,15 g; Soli: 8,02 g	Warto energetyczna: 3284,43 kcal; Białko ogółem: 149,00 g; Tłuszcz: 104,99 g; Kw tł. nasy.: 44,85 g; W tym cukry: 59,40 g; Błonnik pok.: 30,02 g; Soli: 11,52 g	Warto energetyczna: 2584,89 kcal; Białko ogółem: 126,23 g; Tłuszcz: 77,06 g; Kw tł. nasy.: 36,10 g; W glowodany ogółem: 361,29 g; W tym cukry: 36,09 g; Błonnik pok.: 36,08 g; Soli: 12,07 g	Warto energetyczna: 2432,39 kcal; Białko ogółem: 90,43 g; Tłuszcz: 71,84 g; Kw tł. nasy.: 24,00 g; W glowodany ogółem: 358,54 g; W tym cukry: 46,11 g; Błonnik pok.: 26,41 g; Soli: 6,57 g			

	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
Indywidualnie	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> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Papryka wie a 100g Twaro ek 100g ( <u>ME</u> ) Salata 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> ) Bulka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Twaro ek 100g ( <u>ME</u> ) Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g	Zacierka na napoju sojowym 300ml ( <u>GLUPSZ</u> <u>SOJ</u> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> ) Bulka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g	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> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Twaro ek 100g ( <u>ME</u> ) Papryka wie a 100g Salata 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> ) Bulka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Twaro ek 100g ( <u>ME</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy, rechio rozdrobniona,w dzona,parzona 50g Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 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> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Twaro ek 100g ( <u>ME</u> ) Jabłko 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Zacierka na mleku 300ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>ME</u> ) Bulka pszenna długa krojona 110g ( <u>GLUPSZ</u> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Serek homo naturalny 100g ( <u>ME</u> ) Dymia z wody 100g 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> ) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Twaro ek 100g ( <u>ME</u> ) Dymia z wody 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Kasza jaglana na napoju sojowym 400ml ( <u>SOJ</u> ) Chleb bezglutenowy 110g ( <u>SEZ</u> <u>ITO</u> <u>ezawiera</u> : <u>ORZ</u> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g D em 25g 1 szt Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g
	II, III								
2025-12-23 wtorek	Ogórkowa z ziemniakami * 300ml ( <u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> <u>SEL</u> ) Bigos 300g ( <u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u> <u>GOR</u> ) Ziemniaki gotowane 150g Jabłko 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 300ml ( <u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u> ) Gulasz wieprzowy 150g ( <u>GLUPSZ</u> ) Ziemniaki gotowane 150g Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300ml ( <u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> <u>SEL</u> ) Gulasz wieprzowy 150g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kasza gryczana 150g Buraczki gotowane 80g Surowka z kapusty białej z olejem b/c 120g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 300ml ( <u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u> ) Gulasz wieprzowy 150g ( <u>GLUPSZ</u> ) Ziemniaki gotowane 150g Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300ml ( <u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> <u>SEL</u> ) Gulasz warzywny z odcierzc * 150g ( <u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 150g Surowka z kapusty białej z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300ml ( <u>GLUPSZ</u> <u>ME</u> <u>SEL</u> ) Gulasz warzywny z odcierzc * 150g ( <u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 150g Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 300ml ( <u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u> ) M so wieprzowe mielone z marchewk 120g Ziemniaki gotowane puree 150g ( <u>ME</u> ) Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 300ml ( <u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u> ) Gulasz wieprzowy 150g ( <u>GLUPSZ</u> ) Ziemniaki gotowane 150g Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400ml ( <u>SEL</u> ) Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150g Ziemniaki gotowane 150g Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml
	PD								
Kuchnia	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> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 120g ( <u>SEL</u> ) Hummus z odcierzc 100g Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> ) Bulka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 120g ( <u>SEL</u> ) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzonyz dodan wod 50g ( <u>SOJ</u> ) Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 120g ( <u>SEL</u> ) Cukinia pieczona z koncentratem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> ) Bulka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab Benedykty ski wieprzowy, parzonyz dodan wod 50g ( <u>SOJ</u> ) Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 120g ( <u>SEL</u> ) Cukinia pieczona z koncentratem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g ( <u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 120g ( <u>SEL</u> ) Hummus z odcierzc 100g Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> ) Bulka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 120g ( <u>SEL</u> ) Schab gotowany plasty 50g Cukinia pieczona z koncentratem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 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> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Ser dty 50g ( <u>ME</u> ) Pasta z groszkuzielonego b/rt 100g Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) * 300ml ( <u>GLUPSZ</u> <u>SEL</u> ) Bulka pszenna długa krojona 110g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) mielona Schab gotowany 50g Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 120g ( <u>SEL</u> ) Cukinia pieczona z koncentratem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 120g ( <u>SEL</u> ) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzonyz dodan wod 50g ( <u>SOJ</u> ) Cukinia pieczona z koncentratem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g ( <u>SEZ</u> <u>ITO</u> <u>ezawiera</u> : <u>ORZ</u> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z indyka gotowany plasty 50g Galaretk drobiowa z ud cem z kurczaka* 120g ( <u>SEL</u> ) Cukinia pieczona z koncentratem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g
	PN								
	Chalka 50g ( <u>GLUPSZ</u> <u>JAI</u> <u>ME</u> ) Przedier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt		Wafle ry owe 30g Przedier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> ) Schab gotowany plasty 30g Surowka z marchwi z olejem b/c 50g	Chalka 50g ( <u>GLUPSZ</u> <u>JAI</u> <u>ME</u> ) Przedier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt	Przedier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt Chalka 50g ( <u>GLUPSZ</u> <u>JAI</u> <u>ME</u> )	Chalka 50g ( <u>GLUPSZ</u> <u>JAI</u> <u>ME</u> ) Przedier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g ( <u>GLUPSZ</u> <u>GLU</u> <u>YT</u> ) Przedier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt Marchewgotowana z olejem* 50g	Wafle ry owe 50g Przedier owocowo-warzywny jablko-marchewka 120g 1 szt
	Warto energetyczna: 2503.96 kcal; Bialko ogolem 95.38g; Tluszcz: 89.04g; Kw tl. nasy.: 36.00g; W glowodany ogolem 340.74g; W tym cukry: 86.46g; Blonnik pok.: 35.05g; Sol: 8.96g	Warto energetyczna: 2396.58 kcal; Bialko ogolem 108.07g; Tluszcz: 70.81g; Kw tl. nasy.: 32.19g; W glowodany ogolem 341.01g; W tym cukry: 92.18g; Blonnik pok.: 23.91g; Sol: 7.61g	Warto energetyczna: 2681.82 kcal; Bialko ogolem 128.43g; Tluszcz: 96.99g; Kw tl. nasy.: 33.60g; W glowodany ogolem 384.11g; W tym cukry: 72.46g; Blonnik pok.: 27.95g; Sol: 9.06g	Warto energetyczna: 2717.28 kcal; Bialko ogolem 135.05g; Tluszcz: 88.71g; Kw tl. nasy.: 33.79g; W glowodany ogolem 365.50g; W tym cukry: 58.54g; Blonnik pok.: 54.34g; Sol: 7.86g	Warto energetyczna: 2472.13 kcal; Bialko ogolem 127.37g; Tluszcz: 70.89g; Kw tl. nasy.: 32.26g; W glowodany ogolem 340.53g; W tym cukry: 91.91g; Blonnik pok.: 23.91g; Sol: 7.21g	Warto energetyczna: 2435.17 kcal; Bialko ogolem 84.78g; Tluszcz: 81.03g; Kw tl. nasy.: 36.81g; W glowodany ogolem 358.73g; W tym cukry: 92.71g; Blonnik pok.: 40.91g; Sol: 7.54g	Warto energetyczna: 2881.19 kcal; Bialko ogolem 143.48g; Tluszcz: 82.51g; Kw tl. nasy.: 40.22g; W glowodany ogolem 400.95g; W tym cukry: 84.70g; Blonnik pok.: 26.78g; Sol: 7.14g	Warto energetyczna: 2608.30 kcal; Bialko ogolem 135.72g; Tluszcz: 76.39g; Kw tl. nasy.: 34.07g; W glowodany ogolem 357.86g; W tym cukry: 59.37g; Blonnik pok.: 35.87g; Sol: 10.99g	Warto energetyczna: 2408.67 kcal; Bialko ogolem 100.13g; Tluszcz: 72.70g; Kw tl. nasy.: 19.42g; W glowodany ogolem 344.02g; W tym cukry: 79.07g; Blonnik pok.: 31.32g; Sol: 3.44g

	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			
2025-12-24, robota	Indywidualnie	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ, 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (ME) Pomara cza 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ, ME) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (ME) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Banan 200g	Kasza manna na napoju sjojowym 300ml (GLUPSZ, SOJ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Jogurt waga ski- kokos mgiał 150g 1 szt (ORZ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Banan 200g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ, ME) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (GLUPSZ, GLU, YTI) Masło porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (ME) Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Pomara cza 200g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ, ME) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (ME) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Banan 200g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ, 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (ME) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ, ME) Bułka pszenna długa krojona 110g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g (JAJ,ME) Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (ME) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Pomara cza 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Banan 200g	Kasza manna na mleku 300ml (GLUPSZ, ME) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Bułka pszenna długa krojona 50g 1 szt (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt (ME) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri,haga) 2 szt (ME) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Kasza kukurydziana na napoju sjojowym 300ml (SOJ) Chleb bezglutenowy 110g (SEL, YTI, ezawiera : ORZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Jogurt waga ski- kokos mgiał 150g 1 szt (ORZ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Banan 200g		
		II, N		Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Pasztelik warzywny- dieta 50g (GLUPSZ, JAJ, SEL) Buraczki gotowane plasty 50g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Hummus z deodercyzy 50g Papryka wie a 50g			Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Pasztelik warzywny- dieta 50g (GLUPSZ, JAJ, SEL) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME)	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Pasztelik warzywny- dieta 50g (GLUPSZ, JAJ, SEL) Buraczki gotowane plasty 50g			
		Chleb	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300ml (GLUPSZ, ME, SEL) Nale niki z serem białym 300g (GLUPSZ, JAJ, ME) Młs z jabłek (j) b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 300ml (GLUPSZ, SEL) Nale niki z serem beztłuszczowe 300g (GLUPSZ, JAJ, ME) Młs z jabłek (j) b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 300ml (GLUPSZ, SEL) Pupiet ryбно-warzywny* (Miruna) 120g (GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL) Sos jarzynowy * 80ml (GLUPSZ, SEL) Mikaron pełnoziarnisty 150g (GLUPSZ) Fasolka szparagowa z wody* 80g Surowka z marchwi z olejem b/c 120g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 300ml (GLUPSZ, SEL) Nale niki z serem beztłuszczowe 300g (GLUPSZ, JAJ, ME) Młs z jabłek (j) b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 300ml (GLUPSZ, SEL) Nale niki z serem białym 300g (GLUPSZ, JAJ, ME) Młs z jabłek (j) b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 300ml (GLUPSZ, ME, SEL) Nale niki z serem białym 300g (GLUPSZ, JAJ, ME) Młs z jabłek (j) b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 300ml (GLUPSZ, ME, SEL) Nale niki z serem białym 300g (GLUPSZ, JAJ, ME) Młs z jabłek (j) b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 300ml (GLUPSZ, SEL) Pupiet ryбно-warzywny* (Miruna) 120g (GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL) Sos jarzynowy * 80ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree 150g (ME) Fasolka szparagowa z wody* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 300ml (GLUPSZ, SEL) Pupiet ryбно-warzywny* (Miruna) 120g (GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL) Sos jarzynowy * 80ml (GLUPSZ, SEL) Mikaron 150g (GLUPSZ) Fasolka szparagowa z wody* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 300ml (GLUPSZ, SEL) Nale niki beztłutenowe, bezmleczne z jabłkami pra onymi 300g (JAJ, SOJ, nd ezawiera : SOJ, ORZ) Deser sjojowy o smaku waniliowym z wapierni witaminami 125g 1 szt (SOJ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml
			PD		Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 50g Pomidor 50g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Pasta z groszku zielonego b/ml 50g Pomidor 50g			Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Pasta z groszku zielonego b/ml 50g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME)	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Pasta z groszku zielonego b/ml 50g Kalafior gotowany* 50g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Masło porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Ryba (miruna) po grecku* 100g (GLUPSZ, RYB, SEL) Ied z cebulk woleju 60g (RYB) Salatka jarzynowa* 100g (JAJ, ME, SEL, GOR) Salata zielona 10g Mikowiec 50g (GLUPSZ, JAJ, ME) Kompotz suszu b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 110g (GLUPSZ, GLU, YTI) Masło porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Ryba (miruna) po grecku* 100g (GLUPSZ, RYB, SEL) Ryba wgalarecie (Miruna) 100g (RYB) Salatka jarzynowa* dieta 100g (ME, SEL) Babka piaskowa 50g (GLUPSZ, JAJ, ORZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 110g (GLUPSZ, GLU, YTI) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Ryba (miruna) po grecku* 100g (GLUPSZ, RYB, SEL) Ryba wgalarecie (Miruna) 100g (RYB) Ciasto dro d owe b/c 50g (GLU, PSZ, JAJ) Salatka jarzynowa z olejem* 100g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (GLUPSZ, GLU, YTI) Masło porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Ryba (miruna) po grecku* 100g (GLUPSZ, RYB, SEL) Ryba wgalarecie (Miruna) 100g (RYB) Salatka jarzynowa* dieta 100g (ME, SEL) Salata zielona 10g Ciasto dro d owe b/c 50g (GLU, PSZ, JAJ) Kompotz suszu b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 110g (GLUPSZ, GLU, YTI) Masło porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Ryba (miruna) po grecku* 100g (GLUPSZ, RYB, SEL) Ryba wgalarecie (Miruna) 100g (RYB) Salatka jarzynowa* dieta 100g (ME, SEL) Babka piaskowa 50g (GLUPSZ, JAJ, ORZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YTI) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Masło porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Ryba (miruna) po grecku* 100g (GLUPSZ, RYB, SEL) Ied z cebulk woleju 60g (RYB) Mikowiec 50g (GLUPSZ, JAJ, ME) Salatka jarzynowa* 100g (JAJ, ME, SEL, GOR) Salata zielona 10g Kompotz suszu b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 300ml (GLUPSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 110g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Ryba (miruna) po grecku* 100g (GLUPSZ, RYB, SEL) Ryba wgalarecie (Miruna) 100g (RYB) Salatka jarzynowa* dieta 100g (ME, SEL) Babka piaskowa 50g (GLUPSZ, JAJ, ORZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Bułka pszenna długa krojona 110g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g(82% tł.) 1 szt (ME) Ryba (miruna) po grecku* 100g (GLUPSZ, RYB, SEL) Ryba wgalarecie (Miruna) 100g (RYB) Salatka jarzynowa* dieta 100g (ME, SEL) Ciasto dro d owe b/c 50g (GLU, PSZ, JAJ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Chleb bezglutenowy 110g (SEL, YTI, ezawiera : ORZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Ryba (miruna) po grecku* b/glutenu 100g (RYB, SEL) Ryba wgalarecie (Miruna) 100g (RYB) Salatka jarzynowa z olejem* 100g (SEL) Ciastka beztłutenowe 50g (JAJ, PSZ, JAJ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml			
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Twaro ek z natk pietruszki 50g (ME) Rozkieswbiała rozdrobniona z jogurtem 50g (ME)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Biszkopty 30g (GLUPSZ, JAJ, ME, GLU, CZ)	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g (GLUPSZ, GLU, YTI) Twaro ek z natk pietruszki 50g (ME) Cukinia pieczona z olejem* 50g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 50g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
	Warto energetyczna: 3045,43 kcal; Białko ogółem 108,92g; Tłuszcz: 114,04g; Kw tł. nasy.: 43,23g; W glowodany ogółem 406,42g; W tym cukry: 90,27g; Błonnik pok.: 36,18g; Sól: 8,58g	Warto energetyczna: 2761,32 kcal; Białko ogółem 117,02g; Tłuszcz: 73,90g; Kw tł. nasy.: 38,27g; W glowodany ogółem 418,66g; W tym cukry: 128,06g; Błonnik pok.: 26,84g; Sól: 8,19g	Warto energetyczna: 3471,02 kcal; Białko ogółem 112,22g; Tłuszcz: 107,43g; Kw tł. nasy.: 37,43g; W glowodany ogółem 502,48g; W tym cukry: 115,62g; Błonnik pok.: 29,46g; Sól: 10,24g	Warto energetyczna: 3060,50 kcal; Białko ogółem 136,89g; Tłuszcz: 86,52g; Kw tł. nasy.: 35,09g; W glowodany ogółem 430,89g; W tym cukry: 73,31g; Błonnik pok.: 68,42g; Sól: 9,31g	Warto energetyczna: 3460,00 kcal; Białko ogółem 117,02g; Tłuszcz: 73,90g; Kw tł. nasy.: 38,27g; W glowodany ogółem 418,66g; W tym cukry: 128,06g; Błonnik pok.: 26,84g; Sól: 8,19g	Warto energetyczna: 3045,43 kcal; Białko ogółem 108,92g; Tłuszcz: 114,04g; Kw tł. nasy.: 43,23g; W glowodany ogółem 406,42g; W tym cukry: 90,27g; Błonnik pok.: 36,18g; Sól: 8,58g	Warto energetyczna: 3460,00 kcal; Białko ogółem 140,16g; Tłuszcz: 110,86g; Kw tł. nasy.: 51,92g; W glowodany ogółem 501,14g; W tym cukry: 128,74g; Błonnik pok.: 38,14g; Sól: 10,68g	Warto energetyczna: 3095,41 kcal; Białko ogółem 139,96g; Tłuszcz: 84,45g; Kw tł. nasy.: 35,28g; W glowodany ogółem 433,03g; W tym cukry: 51,86g; Błonnik pok.: 43,63g; Sól: 10,26g	Warto energetyczna: 2860,48 kcal; Białko ogółem 83,88g; Tłuszcz: 90,59g; Kw tł. nasy.: 24,48g; W glowodany ogółem 435,41g; W tym cukry: 110,52g; Błonnik pok.: 25,01g; Sól: 5,26g			

	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
Indywidualne	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUON</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Schab gotowany 50g Ser mozzarella kulki 35g ( <b>ME</b> ) Mandarynka 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 5g Semik 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SOI, ME</b> )	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUON</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Schab gotowany plasterki 50g Ser mozzarella kulki 35g ( <b>ME</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 5g Salata zielona 10g Banan 200g Semik 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SOI, ME</b> )	Platki owsiane na napojku sojowym 300ml ( <b>SOI, GLUON</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasterki 50g Tofu 50g ( <b>SOI</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 5g Salata zielona 10g Balka cytrynowa 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ</b> ) Banan 200g	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUON</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Schab gotowany plasterki 50g Ser mozzarella kulki 35g ( <b>ME</b> ) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Ciasto drożdżowe b/c 50g ( <b>GLU, PSZ, JAJ</b> )	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUON</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Schab gotowany plasterki 50g Ser mozzarella kulki 35g ( <b>ME</b> ) Mandarynka 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 5g Banan 200g Semik 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SOI, ME</b> )	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUON</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Konserva sterylizowana sjojowa z papryką 100g ( <b>SOI, GOR</b> ) Ser mozzarella kulki 35g ( <b>ME</b> ) Mandarynka 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 5g Semik 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SOI, ME</b> )	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUON</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <b>GLUPSZ</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) mielony Schab gotowany 50g Ser mozzarella kulki 35g ( <b>ME</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 5g Banan 200g Semik 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SOI, ME</b> )	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUON</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Schab gotowany plasterki 50g Ser mozzarella kulki 35g ( <b>ME</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 5g Banan 200g Semik 50g ( <b>GLUPSZ, JAJ, SOI, ME</b> )	Kasza jagłana na napojku sojowym 300ml ( <b>SOI</b> ) Chleb bezglutenowy 110g ( <b>SEZ, MD, ezanera, ORZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasterki 50g Tofu 50g ( <b>SOI</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 5g Salata zielona 10g Banan 200g Ciaska bezglutenowe 50g ( <b>JAJ</b> )
II, III, IV			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Ptaszowska- wp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30g ( <b>SOI</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Ser dły 30g ( <b>ME</b> ) Ogórek kiszony 50g			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) mielony Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka woslonce niejadalnej. 30g ( <b>JAJ, SOI, ME, GOR, MD, ezanera : GLUPSZ, SEL</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka woslonce niejadalnej. 30g ( <b>JAJ, SOI, ME, GOR, MD, ezanera : GLUPSZ, SEL</b> ) Cukinia grillowana z ziołami* 50g	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300ml ( <b>GLUPSZ, ME, SEL, GLU, PSZ</b> ) Karczek pieczony 100g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Sos meksykański 80g ( <b>GLUPSZ</b> ) Kasza gryczana 150g Surówka z kapusty peki skiej z dejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Bilka z szynki wieprzowej duszona 100g ( <b>GLUPSZ</b> ) Sos własny 0 80ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kasza kuskus/sypko 150g ( <b>GLU, PSZ, MD, ezanera : RIB, MKX, SEL</b> ) Marchewmini gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Bilka z szynki wieprzowej duszona 100g ( <b>GLUPSZ</b> ) Kasza kuskus/sypko 150g ( <b>GLU, PSZ, MD, ezanera : RIB, MKX, SEL</b> ) Marchewmini gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300ml ( <b>GLUPSZ, ME, SEL, GLU, PSZ</b> ) Bilka z szynki wieprzowej duszona 100g ( <b>GLUPSZ</b> ) Sos własny 0 80ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 150g Marchewmini gotowana z dejem* 200g Surówka z kapusty peki skiej z dejem 120g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Bilka z szynki wieprzowej duszona 100g ( <b>GLUPSZ</b> ) Sos własny 0 80ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kasza gryczana 150g Surówka z kapusty peki skiej z dejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300ml ( <b>GLUPSZ, ME, SEL, GLU, PSZ</b> ) Jajko sadzone kl M 2szt ( <b>JAJ, ME</b> ) Kasza gryczana 150g Surówka z kapusty peki skiej z dejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) M. so. wieprzowe mielone z marchewk 120g Sos własny 0 80ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane puree 150g ( <b>ME</b> ) Marchewmini gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Bilka z szynki wieprzowej duszona 100g ( <b>GLUPSZ</b> ) Sos własny 0 80ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Kasza kuskus/sypko 150g ( <b>GLU, PSZ, MD, ezanera : RIB, MKX, SEL</b> ) Marchewmini gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka, glutenu) 300ml ( <b>SEL</b> ) Bilka z szynki wieprzowej duszona (bez glutenu) 100g Sos własny (bez glutenu) 80ml Ziemniaki gotowane 150g Marchewmini gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasterki 30g	Kefir 2.0% tł 150g, 1 szt ( <b>ME</b> ) Wafle ry owe 30g			Biszkopty 30g ( <b>GLUPSZ, JAJ, ME, GLU, CZ</b> ) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>ME</b> )	Kefir 2.0% tł 150g, 1 szt ( <b>ME</b> ) Wafle ry owe 30g	
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rechio rozdrobniona, w dzona, parzona 50g Pasta z jaj 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rechio rozdrobniona, w dzona, parzona 50g Pasta z jaj 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 100g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rechio rozdrobniona, w dzona, parzona 50g Pasta z jaj 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 100g ( <b>SEL</b> ) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rechio rozdrobniona, w dzona, parzona 50g Pasta z jaj 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 100g ( <b>SEL</b> ) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rechio rozdrobniona, w dzona, parzona 50g Pasta z jaj 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 100g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Pasta z groszku zielonego b/rl 100g Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <b>GLUPSZ</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Pasta z jaj 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 100g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Chleb Graham 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Maso porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rechio rozdrobniona, w dzona, parzona 50g Pasta z jaj 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 100g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g ( <b>SEZ, MD, ezanera, ORZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rechio rozdrobniona, w dzona, parzona 50g Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 100g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g
BN	Przedier owocowy jablko-truskawka 120g 1szt Podplomyki b/c 30g ( <b>GLUPSZ, ME</b> )	Podplomyki b/c 30g ( <b>GLUPSZ, ME</b> ) Przedier owocowy jablko-truskawka 120g 1szt	Wafle ry owe 30g Przedier owocowy jablko-truskawka 120g 1szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Serek homo. naturalny 50g ( <b>ME</b> ) Surówka z marchwi z dejem b/c 50g	Podplomyki b/c 30g ( <b>GLUPSZ, ME</b> ) Przedier owocowy jablko-truskawka 120g 1szt	Przedier owocowy jablko-truskawka 120g 1szt Podplomyki b/c 30g ( <b>GLUPSZ, ME</b> )	Chrupki kukurydziane 30g Przedier owocowy jablko-truskawka 120g 1szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Serek homo. naturalny 50g ( <b>ME</b> ) Fasolka szparagowa z wody 50g	Wafle ry owe 50g Przedier owocowy jablko-truskawka 120g 1szt
	Warto energetyczna: 2696.52 kcal; Białko ogółem: 131.65g; Tłuszcz: 100.50g; Kw. tł. nasy.: 42.49g; W. glównodany ogółem: 332.80g; W. tym cukry: 65.98g; Błonnik pok.: 34.62g; Sól: 7.26g	Warto energetyczna: 2916.00 kcal; Białko ogółem: 135.60g; Tłuszcz: 103.92g; Kw. tł. nasy.: 37.40g; W. glównodany ogółem: 372.39g; W. tym cukry: 88.82g; Błonnik pok.: 26.75g; Sól: 8.71g	Warto energetyczna: 3361.61 kcal; Białko ogółem: 144.88g; Tłuszcz: 116.66g; Kw. tł. nasy.: 32.67g; W. glównodany ogółem: 424.43g; W. tym cukry: 77.09g; Błonnik pok.: 30.79g; Sól: 9.84g	Warto energetyczna: 3170.12 kcal; Białko ogółem: 159.48g; Tłuszcz: 114.72g; Kw. tł. nasy.: 43.44g; W. glównodany ogółem: 369.91g; W. tym cukry: 42.19g; Błonnik pok.: 51.84g; Sól: 10.74g	Warto energetyczna: 2952.01 kcal; Białko ogółem: 138.25g; Tłuszcz: 106.64g; Kw. tł. nasy.: 39.31g; W. glównodany ogółem: 372.61g; W. tym cukry: 89.04g; Błonnik pok.: 26.75g; Sól: 8.94g	Warto energetyczna: 2700.12 kcal; Białko ogółem: 88.19g; Tłuszcz: 115.10g; Kw. tł. nasy.: 46.78g; W. glównodany ogółem: 345.81g; W. tym cukry: 67.39g; Błonnik pok.: 40.71g; Sól: 7.57g	Warto energetyczna: 3344.64 kcal; Białko ogółem: 158.53g; Tłuszcz: 115.88g; Kw. tł. nasy.: 37.72g; W. glównodany ogółem: 449.45g; W. tym cukry: 100.68g; Błonnik pok.: 32.47g; Sól: 9.43g	Warto energetyczna: 3284.02 kcal; Białko ogółem: 158.53g; Tłuszcz: 112.66g; Kw. tł. nasy.: 37.72g; W. glównodany ogółem: 391.57g; W. tym cukry: 40.49g; Błonnik pok.: 33.98g; Sól: 12.43g	Warto energetyczna: 2790.55 kcal; Białko ogółem: 105.11g; Tłuszcz: 104.76g; Kw. tł. nasy.: 20.72g; W. glównodany ogółem: 363.06g; W. tym cukry: 72.89g; Błonnik pok.: 32.76g; Sól: 4.32g

	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		
2025-12-26, piątek	nadać	Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynkowa Extra- w dzionka wieprzowa, w dziona, z wod dodan - 50g ( <i>SOZ</i> ) Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri, haga) 2 szt ( <i>ME</i> ) Pomidorki koktajlowe 100g Mx салат 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Mod (25g) 1 szt Ciastopiepek 50g ( <i>GLUPSZ, ME, SOZ, GLU, YTI, GLUJ, CZ</i> )	Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynkowa Extra- w dzionka wieprzowa, w dziona, z wod dodan - 50g ( <i>SOZ</i> ) Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri, haga) 2 szt ( <i>ME</i> ) Pastasz brokula * 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Mx салат 10g Mod (25g) 1 szt Ciastomarchewkowe 50g ( <i>GLU, PSZ, JAJ, SOZ</i> )	Kasza manna na napoju sojowym 300ml ( <i>GLUPSZ, SOZ</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Szynkowa d. bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Schab gotowany plasty 50g Pastasz brokula * 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Mx салат 10g Mod (25g) 1 szt Jogurt waga ski- kokos migdał 150g 1 szt ( <i>ORZ</i> )	Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynkowa Extra- w dzionka wieprzowa, w dziona, z wod dodan - 50g ( <i>SOZ</i> ) Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri, haga) 2 szt ( <i>ME</i> ) Pomidorki koktajlowe 100g Mx салат 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Ciasto dro d owe b/c 50g ( <i>GLU, PSZ, JAJ</i> )	Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynkowa Extra- w dzionka wieprzowa, w dziona, z wod dodan - 50g ( <i>SOZ</i> ) Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri, haga) 2 szt ( <i>ME</i> ) Pomidorki koktajlowe 100g Mx салат 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Mod (25g) 1 szt Ciastomarchewkowe 50g ( <i>GLU, PSZ, JAJ, SOZ</i> )	Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Hummus z ciecierzycy 100g Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri, haga) 2 szt ( <i>ME</i> ) Pomidorki koktajlowe 100g Mx салат 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Mod (25g) 1 szt Ciastopiepek 50g ( <i>GLUPSZ, ME, SOZ, GLU, YTI, GLUJ, CZ</i> )	Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri, haga) 2 szt ( <i>ME</i> ) Pastasz brokula * 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Mod (25g) 1 szt Ciastomarchewkowe 50g ( <i>GLU, PSZ, JAJ, SOZ</i> )	Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynkowa Extra- w dzionka wieprzowa, w dziona, z wod dodan - 50g ( <i>SOZ</i> ) Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri, haga) 2 szt ( <i>ME</i> ) Pastasz brokula * 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Mx салат 10g Mod (25g) 1 szt Ciasto dro d owe b/c 50g ( <i>GLU, PSZ, JAJ</i> )	Ry na napoju sojowym 400ml ( <i>SOZ</i> ) Chleb bezglutenowy 110g ( <i>SEZ, YTI, ezanera, ORZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Jogurt waga ski- kokos migdał 150g 1 szt ( <i>ORZ</i> ) Pastasz brokula * 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Mx салат 10g Mod (25g) 1 szt Ciastka bezglutenowe 50g ( <i>JAJ</i> )	
		II	III	Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAJ</i> ) Papryka wie a 50g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAJ</i> ) Papryka wie a 50g		Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</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>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAJ</i> ) Kalafior gotowany* 50g			
		Obiad	Pomidorowa z ry em* 300ml ( <i>ME, SEL</i> ) Łoso pieczony 120g ( <i>RYB</i> ) Sos cytrynowy 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Surówka z marchwi i pomara czy olejem b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z ry em (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) Łoso pieczony 120g ( <i>RYB</i> ) Sos cytrynowy 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z ry em (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) Łoso pieczony 120g ( <i>RYB</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Sos cytrynowy (bez mleka) 80ml ( <i>GLUPSZ</i> ) Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z ry em br zowym (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) Łoso pieczony 120g ( <i>RYB</i> ) Sos cytrynowy 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Buraczki gotowane 80g Surówka z marchwi i pomara czy z olejem b/c 120g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z ry em (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) Łoso pieczony 120g ( <i>RYB</i> ) Sos cytrynowy 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z ry em* 300ml ( <i>ME, SEL</i> ) Łoso pieczony 120g ( <i>RYB</i> ) Sos cytrynowy 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Surówka z marchwi i pomara czy olejem b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z ry em (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) Łoso pieczony 120g ( <i>RYB</i> ) Sos cytrynowy 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane puree 150g ( <i>ME</i> ) Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z ry em (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) Łoso pieczony 120g ( <i>RYB</i> ) Sos cytrynowy (bez mleka, bez glutenu) 80ml Ziemniaki gotowane 150g Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Pomidorowa z ry em (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) Łoso pieczony 120g ( <i>RYB</i> ) Sos cytrynowy (bez mleka, bez glutenu) 80ml Ziemniaki gotowane 150g Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml
		PD		Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rednio rozdrobniona, w dziona, parzona 30g	Pieczewo chrupkie ekstrudowane- ytnie 30g ( <i>GLU, PSZ, GLU, YTI, GLUJ, CZ</i> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany Q33 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) mieona Schab gotowany 50g Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> )	Pieczewo chrupkie kukurydziano ry owe 30g Sok pomidorowy Q2L-100% tłoczony 1 szt			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Twaróg półtłusty 100g ( <i>ME</i> ) Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Mus z jabłek () b/c 150g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Twaróg półtłusty 100g ( <i>ME</i> ) Mus z jabłek () b/c 150g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Tofu 50g ( <i>SOZ</i> ) Mus z jabłek () b/c 150g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Chleb razowy żytnio-pszenny 110g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Twaróg półtłusty 100g ( <i>ME</i> ) Ogórek wie y 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Mus z jabłek () b/c 150g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Twaróg półtłusty 100g ( <i>ME</i> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAJ</i> ) Mus z jabłek () b/c 150g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Pomidorowa z ry em (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Twar ek 100g ( <i>ME</i> ) mieona Schab gotowany 50g Mus z jabłek () b/c 150g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Chleb Graham 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Twaróg półtłusty 100g ( <i>ME</i> ) Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Fasolka szparagowa z wody* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g ( <i>SEZ, YTI, ezanera, ORZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z indyka gotowany plasty 50g Tofu 50g ( <i>SOZ</i> ) Mus z jabłek () b/c 150g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g		
PN	Sok z buraków Q3L produkt pasteryzowany 1 szt ( <i>SEL</i> ) Pieczewo chrupkie ekstrudowane- ytnie 30g ( <i>GLU, PSZ, GLU, YTI, GLUJ, CZ</i> )	Sok z buraków Q3L produkt pasteryzowany 1 szt ( <i>SEL</i> ) Pieczewo chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Szynka Ptaszewska- wp, w dziona, parzona z dod. b sojowego i wody 30g ( <i>SOZ</i> ) Rzepa biała rozdrobniona z jogurtem 50g ( <i>ME</i> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Szynka Ptaszewska- wp, w dziona, parzona z dod. b sojowego i wody 30g ( <i>SOZ</i> ) Rzepa biała rozdrobniona z jogurtem 50g ( <i>ME</i> )	Sok z buraków Q3L produkt pasteryzowany 1 szt ( <i>SEL</i> ) Pieczewo chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Pieczewo chrupkie ekstrudowane- ytnie 30g ( <i>GLU, PSZ, GLU, YTI, GLUJ, CZ</i> ) Sok z buraków Q3L produkt pasteryzowany 1 szt ( <i>SEL</i> )	Biszkopty 30g ( <i>GLUPSZ, JAJ, ME, GLUJ, CZ</i> ) Sok z buraków Q3L produkt pasteryzowany 1 szt ( <i>SEL</i> )	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Szynka Ptaszewska- wp, w dziona, parzona z dod. b sojowego i wody 30g ( <i>SOZ</i> ) Dyńa z wody 50g	Pieczewo chrupkie kukurydziano ry owe 30g Sok z buraków Q3L produkt pasteryzowany 1 szt ( <i>SEL</i> )		
	Warto energetyczna: 2574,00 kcal; Białko ogółem: 119,18g; Tłuszcz: 76,50g; Kw. tł. nasy.: 35,92g; W. glówniany ogółem: 363,36g; W. tym cukry: 70,75g; Błonnik pok.: 35,14g; Sól: 9,24g	Warto energetyczna: 2608,46 kcal; Białko ogółem: 125,52g; Tłuszcz: 73,89g; Kw. tł. nasy.: 34,71g; W. glówniany ogółem: 369,94g; W. tym cukry: 72,64g; Błonnik pok.: 24,80g; Sól: 9,93g	Warto energetyczna: 3144,59 kcal; Białko ogółem: 146,02g; Tłuszcz: 102,30g; Kw. tł. nasy.: 37,21g; W. glówniany ogółem: 419,39g; W. tym cukry: 67,06g; Błonnik pok.: 27,86g; Sól: 10,91g	Warto energetyczna: 2732,17 kcal; Białko ogółem: 142,73g; Tłuszcz: 76,05g; Kw. tł. nasy.: 36,04g; W. glówniany ogółem: 357,69g; W. tym cukry: 52,18g; Błonnik pok.: 51,39g; Sól: 9,80g	Warto energetyczna: 2608,46 kcal; Białko ogółem: 125,52g; Tłuszcz: 73,89g; Kw. tł. nasy.: 34,71g; W. glówniany ogółem: 369,94g; W. tym cukry: 72,64g; Błonnik pok.: 24,80g; Sól: 9,93g	Warto energetyczna: 2695,67 kcal; Białko ogółem: 106,68g; Tłuszcz: 88,12g; Kw. tł. nasy.: 37,28g; W. glówniany ogółem: 378,11g; W. tym cukry: 70,48g; Błonnik pok.: 38,94g; Sól: 7,50g	Warto energetyczna: 3404,74 kcal; Białko ogółem: 170,57g; Tłuszcz: 111,28g; Kw. tł. nasy.: 55,39g; W. glówniany ogółem: 450,20g; W. tym cukry: 87,71g; Błonnik pok.: 26,24g; Sól: 9,32g	Warto energetyczna: 2835,93 kcal; Białko ogółem: 148,21g; Tłuszcz: 78,92g; Kw. tł. nasy.: 36,20g; W. glówniany ogółem: 366,51g; W. tym cukry: 53,27g; Błonnik pok.: 31,70g; Sól: 13,94g	Warto energetyczna: 2747,65 kcal; Białko ogółem: 103,00g; Tłuszcz: 89,30g; Kw. tł. nasy.: 24,00g; W. glówniany ogółem: 355,32g; W. tym cukry: 64,28g; Błonnik pok.: 29,65g; Sól: 5,13g		

	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
niedziela	Platk j zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szynka Olca Grzegorza wieprzowa w dzona 50g (SOJ, MD, E, ZAWERA, GLUPSZ, JAU, ME, SEL, GOR) D em 25g 1 szt Mandarynka 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bč 250ml Cukier 10g	Platk j zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szynka Olca Grzegorza wieprzowa w dzona 50g (SOJ, MD, E, ZAWERA, GLUPSZ, JAU, ME, SEL, GOR) D em 25g 1 szt Salata zielona 10g Brzaskwinie wysrople 200g Herbata czarna granulowana bč 250ml Cukier 10g	Platk j zmiennie na napoju sjojowym 300ml (SOJ, GLU, J, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Szynka Ptaszkowa- vip, w dzona, parzona z dod. b. sjojowego i wody 50g (SOJ) D em 25g 1 szt Salata zielona 10g Brzaskwinie wysrople 200g Herbata czarna granulowana bč 250ml Cukier 10g	Platk j zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Chleb razowy ytnio-pszenny 110 g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szynka Olca Grzegorza wieprzowa w dzona 50g (SOJ, MD, E, ZAWERA, GLUPSZ, JAU, ME, SEL, GOR) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bč 250ml	Platk j zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szynka Olca Grzegorza wieprzowa w dzona 50g (SOJ, MD, E, ZAWERA, GLUPSZ, JAU, ME, SEL, GOR) Filet z kurczaka gotowany plasty 50g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana bč 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Brzaskwinie wysrople 200g	Platk j zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szynka Olca Grzegorza wieprzowa w dzona 50g (SOJ, MD, E, ZAWERA, GLUPSZ, JAU, ME, SEL, GOR) Filet z kurczaka gotowany plasty 50g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana bč 250ml Cukier 10g Mandarynka 200g	Platk j zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Bulka pszenna dluga krojona 110g (GLUPSZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana bč 250ml Salata zielona 10g Cukier 10g	Platk j zmiennie na mleku 300ml (ME, GLU, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb Graham 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szynka Olca Grzegorza wieprzowa w dzona 50g (SOJ, MD, E, ZAWERA, GLUPSZ, JAU, ME, SEL, GOR) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL) Herbata czarna granulowana bč 250ml Salata zielona 10g	Kasza kukurydziana na napoju sjojowym 400ml (SOJ) Chleb bezglutenowy 110g (SEL, MD, EZAWERA, ORZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 50g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana bč 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Brzaskwinie wysrople 200g
	II N		Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 30g	Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Twaro ek z zidami 50g (ME) Pomidorki koktajlowe 50g			Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Twaro ek 50g (ME) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME)	Chleb mieszany pszenno- ytni 50 g (GLUPSZ, GLU, YT) Twaro ek z zidami 50g (ME) Brokul gotowany* 50g	
2025-12-27 sobota	Chleb	Koperkowa z ziemniakami* 300 ml (GLUPSZ, ME, SEL) Fasolka po breto sku 300g (GLUPSZ, SOJ, ME, SEL, GOR) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU, YT) Jabko 200g Kompot owocowy z jablkami* bč 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Hacze wieprzowo-warzywne* 150 g (SEL) Kasza j zmienna/sypko 150g (GLU, CZ) Hacze wieprzowo-warzywne* 150 g (SEL) Cukinia gotowana z pomidorami* 200g Kompot owocowy z jablkami* bč 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Kasza j zmienna/sypko 150g (GLU, CZ) Hacze wieprzowo-warzywne* 150 g (SEL) Salata kiszczona 120 g (GOR) Cukinia gotowana z pomidorami* 80g Kompot owocowy z jablkami* bč 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Kasza j zmienna/sypko 150g (GLU, CZ) Hacze wieprzowo-warzywne* 150 g (SEL) Salata kiszczona 120 g (GOR) Cukinia gotowana z pomidorami* 80g Kompot owocowy z jablkami* bč 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Fasolka po breto sku 300g (GLUPSZ, GLU, CZ) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU, YT) Jabko 200g Kompot owocowy z jablkami* bč 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Hacze wieprzowo-warzywne* 150 g (SEL) Ziemniaki gotowane puree 150g (ME) Cukinia gotowana z pomidorami* 200g Kompot owocowy z jablkami* bč 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Kasza j zmienna/sypko 150g (GLU, CZ) Hacze wieprzowo-warzywne* 150 g (SEL) Cukinia gotowana z pomidorami* 200g Kompot owocowy z jablkami* bč 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400ml (SEL) Hacze wieprzowo-warzywne* 150 g (SEL) Ziemniaki gotowane 150g (SEL) Cukinia gotowana z pomidorami* 200g Kompot owocowy z jablkami* bč 250ml
		PD		Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU)	Wafle kukurydziane 30g Jogurt naturalny 150g 1 szt (ME)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (ME) Chrupki kukurydziane 30g	Wafle kukurydziane 30g Jogurt naturalny 150g 1 szt (ME)	
PN	Kolejka	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Schab Pielczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 50g (SOJ) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (ME) Rzodkiew biala rozdrobniona z jogurtem 100g (ME) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bč 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (ME) Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana bč 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Deser sjojowy o smaku czekoladowym 125g 1 szt (SOJ) Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana bč 250ml Salata zielona 10g	Chleb razowy ytnio-pszenny 110 g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Pasztet soczewicy* 70g (JAU) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (ME) Rzodkiew biala rozdrobniona z jogurtem 100g (ME) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bč 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Pasztet soczewicy* 70g (JAU) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (ME) Rzodkiew biala rozdrobniona z jogurtem 100g (ME) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana bč 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Schab gotowany 50g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (ME) Buraczki gotowane 100g Herbata czarna granulowana bč 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 60 g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb Graham 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Schab gotowany 50g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (ME) Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana bč 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g (SEL, MD, EZAWERA, ORZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Deser sjojowy o smaku czekoladowym 125g 1 szt (SOJ) Buraczki gotowane plasty 100g Herbata czarna granulowana bč 250ml Salata zielona 10g
		PN	Sok warzywno-owocowy tloczony 100% Q2 1 szt Wafle kukurydziane 35g	Chrupki kukurydziane 30g Sok warzywno-owocowy tloczony 100% Q2 1 szt	Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Szynka z pierś kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony/woslonce niejadalne 30 g (MD, EZAWERA, GLUPSZ, JAU, SOJ, ME, SEL, GOR) Pomidor 50g	Sok warzywno-owocowy tloczony 100% Q2 1 szt Wafle kukurydziane 35g	Sok warzywno-owocowy tloczony 100% Q2 1 szt Wafle kukurydziane 35g	Sok warzywno-owocowy tloczony 100% Q2 1 szt Chrupki kukurydziane 30g	Chleb mieszany pszenno- ytni 50 g (GLUPSZ, GLU, YT) Szynka z pierś kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony/woslonce niejadalne 30 g (MD, EZAWERA, GLUPSZ, JAU, SOJ, ME, SEL, GOR) Kalafior gotowany* 50g
	Warto energetyczna: 2528.34 kcal; Bialko ogolem: 101.27 g; Tluszcz: 74.96g; Kw tł. nasy.: 33.17 g; W glowodany ogolem: 352.57 g; W tym cukry: 89.41 g; Blonnik pok.: 40.00g; Sol: 11.23g	Warto energetyczna: 2512.19 kcal; Bialko ogolem: 112.50g; Tluszcz: 72.22g; Kw tł. nasy.: 27.67 g; W glowodany ogolem: 335.35g; W tym cukry: 91.00g; Blonnik pok.: 22.58g; Sol: 7.77g	Warto energetyczna: 3047.81 kcal; Bialko ogolem: 120.75g; Tluszcz: 103.97g; Kw tł. nasy.: 31.46g; W glowodany ogolem: 420.28g; W tym cukry: 86.30g; Blonnik pok.: 29.41g; Sol: 8.96g	Warto energetyczna: 2756.85 kcal; Bialko ogolem: 136.08g; Tluszcz: 91.78g; Kw tł. nasy.: 31.80g; W glowodany ogolem: 346.97g; W tym cukry: 58.75g; Blonnik pok.: 51.57g; Sol: 10.29g	Warto energetyczna: 2582.19 kcal; Bialko ogolem: 127.86g; Tluszcz: 73.15g; Kw tł. nasy.: 27.88g; W glowodany ogolem: 335.35g; W tym cukry: 91.00g; Blonnik pok.: 22.58g; Sol: 7.94g	Warto energetyczna: 2595.76 kcal; Bialko ogolem: 99.65g; Tluszcz: 69.19g; Kw tł. nasy.: 32.94g; W glowodany ogolem: 388.39g; W tym cukry: 91.21g; Blonnik pok.: 46.47g; Sol: 7.46g	Warto energetyczna: 3006.47 kcal; Bialko ogolem: 140.55g; Tluszcz: 89.17g; Kw tł. nasy.: 38.76g; W glowodany ogolem: 421.69g; W tym cukry: 94.94g; Blonnik pok.: 26.07g; Sol: 6.82g	Warto energetyczna: 2679.09 kcal; Bialko ogolem: 140.55g; Tluszcz: 84.07g; Kw tł. nasy.: 31.36g; W glowodany ogolem: 331.00g; W tym cukry: 56.73g; Blonnik pok.: 33.94g; Sol: 10.88g	Warto energetyczna: 2461.85 kcal; Bialko ogolem: 90.14g; Tluszcz: 79.36g; Kw tł. nasy.: 18.51g; W glowodany ogolem: 351.16g; W tym cukry: 84.04g; Blonnik pok.: 28.92g; Sol: 3.51g

	Wwa-ONK Podstawowa	Wwa-ONK Lekko strawna	Wwa-ONK Bezmleczna lekko strawna	Wwa-ONK Cukrzycowa	Wwa-ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	Wwa-ONK Bezmiśna	Wwa-ONK Przetarta	Wwa-ONK Cukrzyca lekkostrawna	Wwa-ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2025-12-29-niedziela	iniciator	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szyunkowa d. bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g Roszponka 10g Ogórek wie y 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szyunkowa d. bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g Marchewgotowana z olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Roszponka 10g	Ry na napójku sojowym 300ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Szyunkowa d. bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g Marchewgotowana z olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Roszponka 10g	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szyunkowa d. bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g Ogórek wie y 100g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szyunkowa d. bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g Schab gotowany z plaster* 50g Marchewgotowana z olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Roszponka 10g	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Ogórek wie y 100g Cukier 10g Pasta z jaj 100g (JAJ, ME)	Ry na mleku 300ml (ME) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Pasta marchewkowo-pomidrowa 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Pasta z jaj 100g (JAJ, ME)	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb Graham 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Szyunkowa d. bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50g Marchewgotowana z olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Roszponka 10g	Ry na napójku sojowym 400ml (SOJ) Chleb bezglutenowy 110g (SEJ, MD, ezawiera : GRZ) Chleb Graham 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt (ME) Szyunka wieprzowa gotowana 50g Marchewgotowana z olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Roszponka 10g
	II, IV		Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50g			Filet z kurczaka gotowany 30g Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Kalafiorgotowany* 50g		
	Obiad	Szpinakowa z zacier * 300ml (GLUPSZ, ME, SEL) Kiełbki mielony wieprzowy 100g (GLUPSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Szpinakowa z zacier *(bez mleka) 300ml (GLUPSZ, SEL) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100g (GLUPSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Szpinakowa z zacier * 300ml (GLUPSZ, ME, SEL) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100g (GLUPSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Brokuł gotowany* 80g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Szpinakowa z zacier *(bez mleka) 300ml (GLUPSZ, SEL) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100g (GLUPSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Szpinakowa z zacier * 300ml (GLUPSZ, ME, SEL) Kiełbki sojowe 130g (SOJ) Sos jarzynowy * 80ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Salatek z kapusty czerwonej z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Szpinakowa z zacier * 300ml (GLUPSZ, ME, SEL) Kiełbki sojowe 130g (SOJ) Sos jarzynowy * 80ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Salatek z kapusty czerwonej z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Szpinakowa z zacier *(bez mleka) 300ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane puree 150g (GLUPSZ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100g (GLUPSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80ml (GLUPSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Szpinakowa z zacier *(bez mleka) 300ml (GLUPSZ, SEL) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100g (GLUPSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80ml (GLUPSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 150g Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400ml (SEL) Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 100g (JAJ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80ml (SEL) Ziemniaki gotowane 150g Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Szyunka Piastowska- wp, w dzona, parzona z dod. bsojowego i wody 30g (SOJ)	Pieczyczo chrupkie ekstrudowane- żytnie 50g (GLUPSZ, GLU, YI, GLU, CZ) Serek Almette mini 30g 1 szt (ME)				Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) mielona Filet z kurczaka gotowany 30g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME)	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryne 30g Serek Almette mini 30g 1 szt (ME)	
	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Ser dły 50g (ME) Filet z kurczaka gotowany plaster 50g Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Twarogpółtusty 100g (ME) Budy o smaku mielankowym b/c 200ml (ME) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Filet z kurczaka gotowany plaster 50g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plaster 50g Salata zielona 10g Twarogpółtusty 100g (ME) Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Filet z kurczaka gotowany plaster 50g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Twarogpółtusty 100g (ME) Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Filet z kurczaka gotowany plaster 50g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Twarogpółtusty 100g (ME) Ser dły 50g (ME) Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Twarogpółtusty 100g (ME) Ser dły 50g (ME) Pomidor 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Szpinakowa z zacier *(bez mleka) 300ml (GLUPSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 110g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Serek homo naturalny 100g (ME) mielona Schab gotowany 50g Budy o smaku mielankowym b/c 200ml (ME) Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb Graham 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Twarogpółtusty 100g (ME) Filet z kurczaka gotowany plaster 50g Bukiet warzywgotowanych krojowski* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g (SEJ, MD, ezawiera : GRZ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plaster 50g Budy o smaku mielankowym nsojowy b/c 200ml (SOJ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Tofu 50g (SOJ)
PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (ME) Kasza jaglana ekspandowana 10g	Przedier owocowy jablko-mango 120g 1 szt Wafle ryne 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Płat szynkowy - produkt wieprzowy w dzony parzony z dodan wod 30g (GLUPSZ, SOJ, ME, MD, ezawiera : JAJ, SEL, GRZ) Rzodkiewbiala rozdrobniona z jogurtem 50g (ME)	Kasza jaglana ekspandowana 10g Jogurt naturalny 150g 1 szt (ME)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (ME) Kasza jaglana ekspandowana 10g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, YI) Płat szynkowy - produkt wieprzowy w dzony parzony z dodan wod 30g (GLUPSZ, SOJ, ME, MD, ezawiera : JAJ, SEL, GRZ) Fasolka szparagowa z wody* 50g	Przedier owocowy jablko-mango 120g 1 szt Wafle ryne 30g	Przedier owocowy jablko-mango 120g 1 szt Wafle ryne 30g		
	Warto energetyczna: 2348,95 kcal; Białko ogółem 110,01 g; Tłuszcz: 88,91 g; Kw. tł. nasy.: 38,13 g; W. głowodany ogółem: 289,55 g; W tym cukry: 50,85 g; Błonnik pok.: 28,38 g; Sol: 7,86 g	Warto energetyczna: 2240,87 kcal; Białko ogółem 120,77 g; Tłuszcz: 64,68 g; Kw. tł. nasy.: 32,04 g; W. głowodany ogółem: 301,54 g; W tym cukry: 65,73 g; Błonnik pok.: 20,68 g; Sol: 7,28 g	Warto energetyczna: 2780,05 kcal; Białko ogółem 123,51 g; Tłuszcz: 91,30 g; Kw. tł. nasy.: 30,44 g; W. głowodany ogółem: 373,73 g; W tym cukry: 50,07 g; Błonnik pok.: 25,72 g; Sol: 9,16 g	Warto energetyczna: 2544,57 kcal; Białko ogółem 131,02 g; Tłuszcz: 82,24 g; Kw. tł. nasy.: 36,69 g; W. głowodany ogółem: 338,78 g; W tym cukry: 42,79 g; Błonnik pok.: 48,13 g; Sol: 8,57 g	Warto energetyczna: 2237,62 kcal; Białko ogółem 137,95 g; Tłuszcz: 67,83 g; Kw. tł. nasy.: 33,32 g; W. głowodany ogółem: 279,61 g; W tym cukry: 65,73 g; Błonnik pok.: 20,68 g; Sol: 7,47 g	Warto energetyczna: 2210,61 kcal; Białko ogółem 116,99 g; Tłuszcz: 72,64 g; Kw. tł. nasy.: 38,36 g; W. głowodany ogółem: 279,61 g; W tym cukry: 53,37 g; Błonnik pok.: 36,38 g; Sol: 6,37 g	Warto energetyczna: 3078,93 kcal; Białko ogółem 159,02 g; Tłuszcz: 106,17 g; Kw. tł. nasy.: 51,96 g; W. głowodany ogółem: 380,11 g; W tym cukry: 69,88 g; Błonnik pok.: 21,61 g; Sol: 7,76 g	Warto energetyczna: 2477,75 kcal; Białko ogółem 134,04 g; Tłuszcz: 74,38 g; Kw. tł. nasy.: 35,94 g; W. głowodany ogółem: 329,16 g; W tym cukry: 32,49 g; Błonnik pok.: 30,29 g; Sol: 9,82 g	Warto energetyczna: 2308,90 kcal; Białko ogółem 103,69 g; Tłuszcz: 74,33 g; Kw. tł. nasy.: 20,08 g; W. głowodany ogółem: 308,02 g; W tym cukry: 46,97 g; Błonnik pok.: 28,79 g; Sol: 3,41 g	

	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
Indywidualnie	Platki owsiane na mleku 300ml ( <i>ME, GLU, OVI</i> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <i>JAU</i> ) D em 25g 1 szt Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Pomidor 100g	Platki owsiane na mleku 300ml ( <i>ME, GLU, OVI</i> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <i>JAU</i> ) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt Dyńa z wody 100g	Platki owsiane na napojusojowym 300ml ( <i>SOI, GLU, OVI</i> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <i>JAU</i> ) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt Dyńa z wody 100g	Platki owsiane na mleku 300ml ( <i>ME, GLU, OVI</i> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 110g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <i>JAU</i> ) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Pomidor 100g	Platki owsiane na mleku 300ml ( <i>ME, GLU, OVI</i> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <i>JAU</i> ) Schab gotowany plaster 50g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Dyńa z wody 100g	Platki owsiane na mleku 300ml ( <i>ME, GLU, OVI</i> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) mielona Schab gotowany 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt Dyńa z wody 100g	Platki owsiane na mleku 300ml ( <i>ME, GLU, OVI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <i>GLUPSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) mielona Schab gotowany 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt Dyńa z wody 100g	Platki owsiane na mleku 300ml ( <i>ME, GLU, OVI</i> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g 1 szt ( <i>GLUPSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) mielona Schab gotowany 50g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt Dyńa z wody 100g	Kasza kukurydziana na napojusojowym 400ml ( <i>SOI</i> ) Chleb bezglutenowy 110g ( <i>SEZ, YTI, ezaniera : ORZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <i>JAU</i> ) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt Dyńa z wody 100g
	II, N			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa d. bowa drobna kielbasa grubo rozdrobniona 30g	Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Szynkowa Extra-w dzonka wieprzowa, w dzonka, z wod dodan . 30g ( <i>SOI</i> ) Papryka wie a 50g			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Serek homo. naturalny 50g ( <i>ME</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Szynkowa Extra-w dzonka wieprzowa, w dzonka, z wod dodan . 30g ( <i>SOI</i> ) Brokuł gotowany* 50g
Obiad	Kapu niak z kapusty kiszonej* 300g ( <i>GLUPSZ, SEL, GOR</i> ) Kluski leniwe z serem 300g ( <i>GLUPSZ, JAU, ME, YTI, ezaniera : SOI, ORZ, GOR, SEZ</i> ) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100g ( <i>ME</i> ) Mus z jabłek () b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 300ml ( <i>GLUPSZ, SEL</i> ) Kluski leniwe z serem 300g ( <i>GLUPSZ, JAU, ME, YTI, ezaniera : SOI, ORZ, GOR, SEZ</i> ) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100g ( <i>ME</i> ) Mus z jabłek () b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 300ml ( <i>GLUPSZ, SEL</i> ) Pulpet miśno-warzywny (wieprzowy) 120g ( <i>GLUPSZ, JAU, SEL</i> ) Ry na sypko 150g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80ml ( <i>GLUPSZ</i> ) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z dejem* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Kapu niak z kapusty kiszonej* 300g ( <i>GLUPSZ, SEL, GOR</i> ) Ry na sypko (br zowy) 150g Pulpet miśno-warzywny (wieprzowy) 120g ( <i>GLUPSZ, JAU, SEL</i> ) Sos pietruszkowy* 80ml ( <i>GLUPSZ, JAU, SEL</i> ) Mus z jabłek () b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 300ml ( <i>GLUPSZ, SEL</i> ) Kluski leniwe z serem 300g ( <i>GLUPSZ, JAU, ME, YTI, ezaniera : SOI, ORZ, GOR, SEZ</i> ) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100g ( <i>ME</i> ) Mus z jabłek () b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 300ml ( <i>GLUPSZ, SEL</i> ) M so wieprzowe mielone z marchew 120g Sos pietruszkowy* 80ml ( <i>GLUPSZ, JAU, SEL</i> ) Ziemniaki gotowane puree 150g ( <i>ME</i> ) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z dejem* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 300ml ( <i>GLUPSZ, SEL</i> ) Ry na sypko 150g Pulpet miśno-warzywny (wieprzowy) 120g ( <i>GLUPSZ, JAU, SEL</i> ) Sos pietruszkowy* 80ml ( <i>GLUPSZ, JAU, SEL</i> ) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z dejem* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 300ml ( <i>GLUPSZ, SEL</i> ) Ry na sypko 150g Pulpet miśno-warzywny (wieprzowy) 120g ( <i>GLUPSZ, JAU, SEL</i> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80ml ( <i>GLUPSZ, JAU, SEL</i> ) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z dejem* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400ml ( <i>SEL</i> ) Pulpet miśno-warzywny (wieprzowy) b/c 120g ( <i>JAU, SEL</i> ) Ry na sypko 150g Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80ml ( <i>GLUPSZ, JAU, SEL</i> ) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z dejem* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plaster 30g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Wafle ry owe 30g			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Chrupki kukurydziane 30g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Wafle ry owe 30g	
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Serek ziamisty 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony woslonce niejadalnej 50g ( <i>ME, ezaniera : GLUPSZ, JAU, SOI, ME, SEL, GOR</i> ) Ogórek kiszony 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony woslonce niejadalnej 50g ( <i>ME, ezaniera : GLUPSZ, JAU, SOI, ME, SEL, GOR</i> ) Serek ziamisty 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Buraczki z jabłkiem b/c 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt drobiowy, drobny, rehdio rozdrobniona, w dzonka, parzona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Jogurt wega ski- kokos migdał 150g 1 szt ( <i>ORZ</i> ) Buraczki z jabłkiem b/c 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb razowy, żytnio-pszenny 110g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony woslonce niejadalnej 50g ( <i>ME, ezaniera : GLUPSZ, JAU, SOI, ME, SEL, GOR</i> ) Serek ziamisty 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Ogórek kiszony 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Serek ziamisty 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony woslonce niejadalnej 50g ( <i>ME, ezaniera : GLUPSZ, JAU, SOI, ME, SEL, GOR</i> ) Buraczki z jabłkiem b/c 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Pasztetsojowy z pomidorami 100g ( <i>SOI, GOR</i> ) Serek ziamisty 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Ogórek kiszony 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 300ml ( <i>GLUPSZ, SEL</i> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <i>GLUPSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g Serek ziamisty 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Buraczki z jabłkiem b/c 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Chleb Graham 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony woslonce niejadalnej 50g ( <i>ME, ezaniera : GLUPSZ, JAU, SOI, ME, SEL, GOR</i> ) Serek ziamisty 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Buraczki z jabłkiem b/c 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb bezglutenowy 110g ( <i>SEZ, YTI, ezaniera : ORZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z indyka gotowany plaster 50g 1 szt ( <i>ORZ</i> ) Jogurt wega ski- kokos migdał 150g 1 szt Buraczki z jabłkiem b/c 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml
	PN	Pieczynko chrupkie kukurydziano ry owe 30g Sok wielowarzynny pasteryzowany 0.33 1 szt	Sok pomidorowy 0.2L-100% liozony 1 szt Pieczynko chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Filet z kurczaka gotowany plaster 30g Pomidor 50g	Sok pomidorowy 0.2L-100% liozony 1 szt Pieczynko chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0.33 1 szt Pieczynko chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Sok owocowo-warzywny 0.2L kubek 1 szt Biszkopty 30g ( <i>GLUPSZ, JAU, ME, GLU, CZ</i> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YTI</i> ) Filet z kurczaka gotowany plaster 30g Bukiet jarzyn gotowany z dejem* 50g ( <i>SEL</i> )	Sok owocowo-warzywny 0.2L kubek 1 szt Pieczynko chrupkie kukurydziano ry owe 30g
	Warto energetyczna: 2748.34 kcal; Białko ogółem: 124.54g; Tłuszcz: 81.52g; Kw. tł. nasy.: 40.81g; W. glądowany ogółem: 387.76g; W. tym cukry: 74.53g; Błonnik pok.: 28.84g; Sól: 10.75g	Warto energetyczna: 2750.25 kcal; Białko ogółem: 125.93g; Tłuszcz: 75.26g; Kw. tł. nasy.: 39.58g; W. glądowany ogółem: 398.95g; W. tym cukry: 87.36g; Błonnik pok.: 21.62g; Sól: 10.78g	Warto energetyczna: 3046.04 kcal; Białko ogółem: 121.54g; Tłuszcz: 112.04g; Kw. tł. nasy.: 40.68g; W. glądowany ogółem: 396.39g; W. tym cukry: 61.54g; Błonnik pok.: 25.83g; Sól: 10.78g	Warto energetyczna: 2770.87 kcal; Białko ogółem: 143.78g; Tłuszcz: 98.14g; Kw. tł. nasy.: 36.13g; W. glądowany ogółem: 348.89g; W. tym cukry: 41.00g; Błonnik pok.: 54.19g; Sól: 12.38g	Warto energetyczna: 2847.00 kcal; Białko ogółem: 143.11g; Tłuszcz: 78.41g; Kw. tł. nasy.: 40.86g; W. glądowany ogółem: 398.95g; W. tym cukry: 87.36g; Błonnik pok.: 21.62g; Sól: 10.97g	Warto energetyczna: 2904.93 kcal; Białko ogółem: 111.77g; Tłuszcz: 95.65g; Kw. tł. nasy.: 38.18g; W. glądowany ogółem: 408.99g; W. tym cukry: 77.14g; Błonnik pok.: 36.43g; Sól: 10.86g	Warto energetyczna: 2929.78 kcal; Białko ogółem: 153.01g; Tłuszcz: 89.01g; Kw. tł. nasy.: 40.33g; W. glądowany ogółem: 398.34g; W. tym cukry: 85.87g; Błonnik pok.: 26.52g; Sól: 7.93g	Warto energetyczna: 2824.63 kcal; Białko ogółem: 146.65g; Tłuszcz: 91.49g; Kw. tł. nasy.: 34.60g; W. glądowany ogółem: 365.04g; W. tym cukry: 41.44g; Błonnik pok.: 34.57g; Sól: 11.76g	Warto energetyczna: 2497.50 kcal; Białko ogółem: 83.84g; Tłuszcz: 90.46g; Kw. tł. nasy.: 28.15g; W. glądowany ogółem: 338.05g; W. tym cukry: 70.00g; Błonnik pok.: 25.84g; Sól: 3.41g

	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	
2025-12-30 wtorek	nadańskie	Mikaron na mleku 300ml ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50g ( <u>SO</u> ) Banan 200g Miks салат 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Mikaron na mleku 300ml ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50g ( <u>SO</u> ) Banan 200g Miod (25g) 1 szt Miks салат 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Mikaron na napgu sojowym 300ml ( <u>GLUPSZ SO</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Banan 200g Miod (25g) 1 szt Miks салат 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Mikaron na mleku 300ml ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50g ( <u>SO</u> ) Oporek wiej 100g Miks салат 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Mikaron na mleku 300ml ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50g ( <u>SO</u> ) Serek Alimette mini 30g 2 szt ( <u>ME</u> ) Miod (25g) 1 szt Banana 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Miks салат 10g	Mikaron na mleku 300ml ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Banana 200g Miks салат 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Mikaron na mleku 300ml ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <u>GLUPSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Banana 200g Miod (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Pasta z jaj 100g ( <u>JAU ME</u> )	Mikaron na mleku 300ml ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50g ( <u>SO</u> ) Kalafior gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Miks салат 10g	Kasza jaglana na napgu sojowym 400ml ( <u>SO</u> ) Chleb bezglutenowy 110g ( <u>SEZ YD ezawiera : ORZ</u> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Banana 200g Miks салат 10g Miod (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g
		II		Bułka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAU</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAU</u> ) Pomidor 50g		Schab gotowany 30g Bułka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAU</u> ) Cukinia pieczona z olejem* 50g		
2025-12-30 wtorek	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 300ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100g Sos ziolowy* 80ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Kasza bulgur 150g ( <u>GLUPSZ</u> ) Surowka z rzepy, jablka i marchewki z olejem 0 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Solferino (bez mleka)* 300ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100g Sos ziolowy* 80ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Kasza j czmienna/sypko 150g ( <u>GLU CZ</u> ) Szpinak gotowany z oliw* 200g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Grochowa z ziemniakami* 300ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100g Sos ziolowy* 80ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Kasza bulgur 150g ( <u>GLUPSZ</u> ) Szpinak gotowany z oliw* 80g ( <u>GLUPSZ</u> ) Surowka z rzepy, jablka i marchewki z olejem 0 120g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Solferino (bez mleka)* 300ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100g Sos ziolowy* 80ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Kasza j czmienna/sypko 150g ( <u>GLU CZ</u> ) Szpinak gotowany z oliw* 200g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Solferino (bez mleka)* 300ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Kaszotto wegetaria skie z tofu* 300g ( <u>SOJ SEL GLU CZ</u> ) Surowka z rzepy, jablka i marchewki z olejem 0 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Solferino (bez mleka)* 300ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) M so drobiowe mielone z marchewk 120g Sos ziolowy* 80ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 150g ( <u>ME</u> ) Szpinak gotowany z oliw* 200g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Solferino (bez mleka)* 300ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100g Sos ziolowy* 80ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Kasza j czmienna/sypko 150g ( <u>GLU CZ</u> ) Szpinak gotowany z oliw* 200g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Solferino (bez mleka)* 300ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100g Sos ziolowy* 80ml ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Ziemniaki gotowane 150g Szpinak gotowany z oliw (bez glutenu)* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	
		PD		Bułka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony woslonce niejadalnej 30g	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze slonecznikiem sezamem i sieniem 30g 1 szt ( <u>GLUPSZ ME SEZ md e zawiera : ORZ</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>ME</u> )		Bułka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) mielona Filet z kurczaka gotowany 30g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> )	Wafle kukurydziane 30g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>ME</u> )		
2025-12-30 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Pasta z makreli w dzoniej z warzywami** 100g ( <u>RIB SEL</u> ) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrow150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100g ( <u>RIB SEL</u> ) Brokul gotowany* 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrow150g 1 szt	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapieni i witaminami 125g 1 szt ( <u>SO</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100g ( <u>RIB SEL</u> ) Brokul gotowany* 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Pasta z makreli w dzoniej z warzywami** 100g ( <u>RIB SEL</u> ) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrow150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100g ( <u>RIB SEL</u> ) Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrow150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100g ( <u>RIB SEL</u> ) Brokul gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrow150g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>ME</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100g ( <u>RIB SEL</u> ) Brokul gotowany* 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Jogurt owocowy bez dodatku cukrow150g 1 szt	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapieni i witaminami 125g 1 szt ( <u>SO</u> ) Chleb bezglutenowy 110g ( <u>SEZ YD ezawiera : ORZ</u> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami** 100g ( <u>RIB SEL</u> ) Brokul gotowany* 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	
		PN	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze slonecznikiem sezamem i sieniem 30g 1 szt ( <u>GLUPSZ ME SEZ md e zawiera : ORZ</u> ) Przedier owocowy jablko-brzoskwinia 120g 1 szt	Chrupki kukurydziane 30g Przedier owocowy jablko-brzoskwinia 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Schab gotowany plasty 30g Rzodkiew biala rozdrobniona z jogurtem 50g ( <u>ME</u> )	Chrupki kukurydziane 30g Przedier owocowy jablko-brzoskwinia 120g 1 szt	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze slonecznikiem sezamem i sieniem 30g 1 szt ( <u>GLUPSZ ME SEZ md e zawiera : ORZ</u> ) Przedier owocowy jablko-brzoskwinia 120g 1 szt	Chrupki kukurydziane 30g Przedier owocowy jablko-brzoskwinia 120g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Schab gotowany plasty 30g Dnia z wody 50g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLUPSZ GLU YD</u> ) Przedier owocowy jablko-brzoskwinia 120g 1 szt Chrupki kukurydziane 30g
	Warto energetyczna: 2837,88 kcal; Bialko ogolem: 111,42g; Tluszcz: 106,97g; Kw il. nasy.: 33,93g; W glowadany ogolem: 361,72g; W tym cukry: 92,85g; Blonnik pok.: 41,42g; Sod: 9,12g	Warto energetyczna: 2453,61 kcal; Bialko ogolem: 110,60g; Tluszcz: 58,39g; Kw il. nasy.: 26,85g; W glowadany ogolem: 378,99g; W tym cukry: 84,42g; Blonnik pok.: 27,63g; Sod: 7,21g	Warto energetyczna: 3028,62 kcal; Bialko ogolem: 137,38g; Tluszcz: 85,61g; Kw il. nasy.: 28,55g; W glowadany ogolem: 438,76g; W tym cukry: 86,67g; Blonnik pok.: 31,31g; Sod: 7,51g	Warto energetyczna: 2936,78 kcal; Bialko ogolem: 142,19g; Tluszcz: 112,41g; Kw il. nasy.: 37,89g; W glowadany ogolem: 351,71g; W tym cukry: 47,23g; Blonnik pok.: 54,20g; Sod: 10,30g	Warto energetyczna: 2703,96 kcal; Bialko ogolem: 131,79g; Tluszcz: 75,94g; Kw il. nasy.: 38,34g; W glowadany ogolem: 380,91g; W tym cukry: 84,42g; Blonnik pok.: 27,63g; Sod: 7,41g	Warto energetyczna: 2788,44 kcal; Bialko ogolem: 83,62g; Tluszcz: 117,46g; Kw il. nasy.: 35,84g; W glowadany ogolem: 351,08g; W tym cukry: 97,72g; Blonnik pok.: 50,13g; Sod: 7,73g	Warto energetyczna: 3287,10 kcal; Bialko ogolem: 141,39g; Tluszcz: 100,75g; Kw il. nasy.: 48,17g; W glowadany ogolem: 469,49g; W tym cukry: 92,77g; Blonnik pok.: 30,30g; Sod: 7,17g	Warto energetyczna: 2601,20 kcal; Bialko ogolem: 141,39g; Tluszcz: 71,54g; Kw il. nasy.: 31,31g; W glowadany ogolem: 333,83g; W tym cukry: 38,31g; Blonnik pok.: 33,84g; Sod: 10,14g	Warto energetyczna: 2429,29 kcal; Bialko ogolem: 102,12g; Tluszcz: 62,05g; Kw il. nasy.: 15,33g; W glowadany ogolem: 370,83g; W tym cukry: 85,64g; Blonnik pok.: 32,69g; Sod: 3,38g	

	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
nadanie	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Twaróg półtłusty 100g (ME) Paszlet drobiowy z kunej polki 50g (GLUPSZ, JAU, SEL) Pomidór 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt Balka płaskowa 50g (GLUPSZ, JAU, ORZ)	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Twaróg półtłusty 100g (ME) Szynka wleprzowa gotowana plasty 50g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt Balka płaskowa 50g (GLUPSZ, JAU, ORZ)	Ry na napojku sojowym 300ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt (ME) Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Pasta z groszku zielonego b/r 100g Szynka wleprzowa gotowana plasty 50g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt Ciasto dro d owe b/c 50g (GLU, PSZ, JAU)	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Twaróg półtłusty 100g (ME) Pomidór 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Ciasto dro d owe b/c 50g (GLU, PSZ, JAU)	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Twaróg półtłusty 100g (ME) Szynka wleprzowa gotowana plasty 50g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt Balka płaskowa 50g (GLUPSZ, JAU, ORZ)	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Hummus z ciecierzycy 100g Twaróg półtłusty 100g (ME) Pomidór 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt Balka płaskowa 50g (GLUPSZ, JAU, ORZ)	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb pszenna długa krojona 110g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) mielona Szynka wleprzowa gotowana 50g Twaróg ek 100g (ME) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt Balka płaskowa 50g (GLUPSZ, JAU, ORZ)	Ry na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Twaróg półtłusty 100g (ME) Szynka wleprzowa gotowana plasty 50g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g D em 25g 1 szt Ciastka bezglutenowe 50g (JAU)	
	II, N			Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Papryka wie a 50g		Bulka 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, YT) Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Dyńa w wody 50g	
2025-12-31, rocza	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300ml (GLUPSZ, ME, SEL) Sos mi sno-warzywny* (z mi sa wleprzowego) Onkologia 150g (GLUPSZ, SEL) Mikaron Spaghetti 150g (GLU, PSZ) Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Sos mi sno-warzywny* (z mi sa wleprzowego) Onkologia 150g (GLUPSZ, SEL) Mikaron Spaghetti 150g (GLUPSZ) Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300ml (GLUPSZ, ME, SEL) Sos mi sno-warzywny* (z mi sa wleprzowego) Onkologia 150g (GLUPSZ, SEL) Mikaron pełnoziarnisty 150g (GLUPSZ) Brokuł gotowany* 80g Surowka wielowarzywna z olejem b/c 120g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Sos mi sno-warzywny* (z mi sa wleprzowego) Onkologia 150g (GLUPSZ, SEL) Mikaron Spaghetti 150g (GLU, PSZ) Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300ml (GLUPSZ, ME, SEL) Mikaron z warzywami i serem dłym* 350g (GLUPSZ, ME) Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Mi so wleprzowe mielone z marchewk 120g Sos pomidorowy 80ml (GLUPSZ) Ziemniaki gotowane puree 150g (ME) Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Sos mi sno-warzywny* (z mi sa wleprzowego) Onkologia 150g (GLUPSZ, SEL) Mikaron Spaghetti 150g (GLU, PSZ) Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400ml (SEL) Ecopka wleprzowa pieczona 100g Ziemniaki gotowane 150g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Brokuł gotowany* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	
	PD		Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp, w dzona, parzona z dod. b sojowego i wody 30g (SOJ)	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (ME) Orzechy włoskie luskane 30g (ORZ)		Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (ME) Chrupki kukurydziane 30g	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (ME) Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g		
Kebab	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Ser dły 50g (ME) Serek Almette mini 30g 2szt (ME) Surowka z marchwi z olejem b/c 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g (JAU, ME) Serek Almette mini 30g 2szt (ME) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200ml Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Jogurt waga ski- kokos migdał 150g 1 szt (ORZ) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200ml Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g (JAU, ME) Serek Almette mini 30g 2szt (ME) Surowka z marchwi z olejem b/c 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Bulka pszenna długa krojona 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g (JAU, ME) Serek Almette mini 30g 2szt (ME) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200ml Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g (JAU, ME) Serek Almette mini 30g 2szt (ME) Surowka z marchwi z olejem b/c 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 300ml (GLUPSZ, SEL) Bulka pszenna długa krojona 110g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g (JAU, ME) Serek Almette mini 30g 2szt (ME) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200ml Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb Graham 50g (GLUPSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (ME) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g (JAU, ME) Serek Almette mini 30g 2szt (ME) Fasolka szparagowa z wody* 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	
	PN	Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (ME) Bulka ma lana 50g 1 szt (GLUPSZ, JAU, ME)	Napój owsiany bez cukru Q33 1 szt (GLU, ORZ, ME, ezaneta : SOJ, ORZ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Szynkowa d bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30g Ogórek kiszony 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) Biskwoty 30g (GLUPSZ, JAU, ME, GLU, CZ)	Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (ME) Biskwoty 30g (GLUPSZ, JAU, ME, GLU, CZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU, YT) Szynkowa d bowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30g Marchew gotowana z olejem* 50g	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% OZ 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ry owe 50g
	Warto energetyczna: 3066,07 kcal; Białko ogółem: 134,63g; Tłuszcz: 126,34g; Kw tł. nasy.: 54,92g; W glądowany ogółem: 363,85g; W tym cukry: 87,23g; Błonnik pok.: 31,81g; Sól: 6,75g	Warto energetyczna: 3080,66 kcal; Białko ogółem: 143,48g; Tłuszcz: 111,96g; Kw tł. nasy.: 49,52g; W glądowany ogółem: 382,56g; W tym cukry: 91,41g; Błonnik pok.: 20,19g; Sól: 5,87g	Warto energetyczna: 3520,76 kcal; Białko ogółem: 136,26g; Tłuszcz: 118,50g; Kw tł. nasy.: 41,41g; W glądowany ogółem: 468,47g; W tym cukry: 73,92g; Błonnik pok.: 29,43g; Sól: 8,77g	Warto energetyczna: 3261,05 kcal; Białko ogółem: 163,45g; Tłuszcz: 128,45g; Kw tł. nasy.: 47,99g; W glądowany ogółem: 354,52g; W tym cukry: 51,16g; Błonnik pok.: 52,69g; Sól: 9,33g	Warto energetyczna: 3026,76 kcal; Białko ogółem: 141,56g; Tłuszcz: 109,49g; Kw tł. nasy.: 49,57g; W glądowany ogółem: 376,17g; W tym cukry: 91,41g; Błonnik pok.: 20,19g; Sól: 5,96g	Warto energetyczna: 2992,71 kcal; Białko ogółem: 159,15g; Tłuszcz: 113,90g; Kw tł. nasy.: 47,40g; W glądowany ogółem: 395,69g; W tym cukry: 90,08g; Błonnik pok.: 37,14g; Sól: 6,57g	Warto energetyczna: 3413,68 kcal; Białko ogółem: 165,66g; Tłuszcz: 115,71g; Kw tł. nasy.: 56,68g; W glądowany ogółem: 453,33g; W tym cukry: 107,15g; Błonnik pok.: 24,87g; Sól: 6,69g	Warto energetyczna: 3206,78 kcal; Białko ogółem: 165,66g; Tłuszcz: 103,29g; Kw tł. nasy.: 45,82g; W glądowany ogółem: 385,56g; W tym cukry: 38,19g; Błonnik pok.: 32,47g; Sól: 9,41g	Warto energetyczna: 2918,17 kcal; Białko ogółem: 102,62g; Tłuszcz: 99,42g; Kw tł. nasy.: 30,31g; W glądowany ogółem: 406,80g; W tym cukry: 59,32g; Błonnik pok.: 30,93g; Sól: 4,18g

	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	
inaczej	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUOM</b> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony wosłonce niejadłnej 50g ( <b>no ezamiera: GLUPSZ, JAU, SOJ, ME, SEL, COR</b> ) Pomarańcza 200g D em 25g 1 szt Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Szarlotka 50g ( <b>GLUPSZ, JAU, ME</b> )	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUOM</b> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony wosłonce niejadłnej 50g ( <b>no ezamiera: GLUPSZ, JAU, SOJ, ME, SEL, COR</b> ) D em 25g 1 szt Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowymi olejem* 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Szarlotka 50g ( <b>GLUPSZ, JAU, ME</b> )	Platki owsiane na napojusojowym 300ml ( <b>SOJ, GLUOM</b> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g D em 25g 1 szt Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowymi olejem* 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Ciasto dro d owe b/c 50g ( <b>GLU, PSZ, JAU</b> )	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUOM</b> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 110g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony wosłonce niejadłnej 50g ( <b>no ezamiera: GLUPSZ, JAU, SOJ, ME, SEL, COR</b> ) Papryka wie a 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Ciasto dro d owe b/c 50g ( <b>GLU, PSZ, JAU</b> )	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUOM</b> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Filet z kurczaka gotowany plasty 50g D em 25g 1 szt Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowymi olejem* 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Szarlotka 50g ( <b>GLUPSZ, JAU, ME</b> )	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUOM</b> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Pasta z fasoli 100g D em 25g 1 szt Pomarańcza 200g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Szarlotka 50g ( <b>GLUPSZ, JAU, ME</b> )	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUOM</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <b>GLUPSZ</b> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g D em 25g 1 szt Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowymi olejem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Szarlotka 50g ( <b>GLUPSZ, JAU, ME</b> )	Platki owsiane na mleku 300ml ( <b>ME, GLUOM</b> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony wosłonce niejadłnej 50g ( <b>no ezamiera: GLUPSZ, JAU, SOJ, ME, SEL, COR</b> ) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowymi olejem* 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Ciasto dro d owe b/c 50g ( <b>GLU, PSZ, JAU</b> )	Kasza kukurydziana na napoju sjoowym 400ml ( <b>SOJ</b> ) Chleb bezglutenowy 110g ( <b>SEZ, no ezamiera: ORZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 50g D em 25g 1 szt Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowymi olejem* 100g Ciastka bezglutenowe 50g ( <b>JAU</b> )	
	II, IV			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAU</b> ) Pomidor 50g	Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAU</b> ) Pomidor 50g			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Pasta z jaj 50g ( <b>JAU, ME</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> )	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAU</b> ) Marchew gotowana z olejem* 50g	
2026-01-01 czwartek	Obiad	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml ( <b>SEL, GLU, CZ</b> ) Szarpana woliowina 100g Kasza gryczana 150g Sos bazylkowy* 80ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Ogórek kiszony z cebulk z olejem 20g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml ( <b>SEL, GLU, CZ</b> ) Szarpana woliowina 100g Kasza jaglana na sytko 150g Sos bazylkowy* 80ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Dyńia z wody 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml ( <b>SEL, GLU, CZ</b> ) Szarpana woliowina 100g Kopytka ziemniaczane* 150g ( <b>GLUPSZ, JAU</b> ) Sos bazylkowy* 80ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Dyńia z wody 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml ( <b>SEL, GLU, CZ</b> ) Szarpana woliowina 100g Kasza jaglana na sytko 150g Sos bazylkowy* 80ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Dyńia z wody 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml ( <b>SEL, GLU, CZ</b> ) Placiki ziemniaczane 300g ( <b>GLU, PSZ, JAU</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>ME</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml Ogórek kiszony z cebulk z olejem 20g	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml ( <b>SEL, GLU, CZ</b> ) Ziemniaki gotowane puree 150g ( <b>ME</b> ) M so woliowe mielone z marchewki 120g Sos bazylkowy* 80ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Dyńia z wody 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml ( <b>SEL, GLU, CZ</b> ) Ziemniaki gotowane puree 150g ( <b>ME</b> ) M so woliowe mielone z marchewki 120g Sos bazylkowy* 80ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Dyńia z wody 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 400ml ( <b>SEL</b> ) Szarpana woliowina 100g Kasza jaglana na sytko 150g Sos bazylkowy (bez glutenu)* 80ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Dyńia z wody 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	
		PD		Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Kurczak z Bobrovník produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony wosłonce niejadłnej 30g	Pieczewo chrupkie ekstrudowane- ytnie 30g ( <b>GLU, PSZ, GLU, YT, GLU, CZ</b> ) Serek Almette mini 30g 1 szt ( <b>ME</b> )		Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Serek homo naturalny 50g ( <b>ME</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> )	Pieczewo chrupkie kukurydziane ry owe 30g Serek Almette mini 30g 1 szt ( <b>ME</b> )		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 50g ( <b>SOJ</b> ) Schab gotowany plasty 50g Pomidorki koktajlowe 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Schab gotowany plasty 50g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 50g ( <b>SOJ</b> ) Mus z jabłek () b/c 150g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 50g ( <b>SOJ</b> ) Mus z jabłek () b/c 150g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb razowy, żytnio-pszenny 110g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 50g ( <b>SOJ</b> ) Schab gotowany plasty 50g Pomidorki koktajlowe 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Schab gotowany plasty 50g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 50g ( <b>SOJ</b> ) Mus z jabłek () b/c 150g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Pasta z tufu i marchewki 100g ( <b>SOJ</b> ) Ser dty 50g ( <b>ME</b> ) Pomidorki koktajlowe 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Krupnik j czmienny (bez mleka)* 300ml ( <b>SEL, GLU, CZ</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Pasta z tufu i marchewki 100g ( <b>SOJ</b> ) mielony Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 50g ( <b>SOJ</b> ) Kalafior gotowany* 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Chleb Graham 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Schab gotowany plasty 50g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod dodan 50g ( <b>SOJ</b> ) Mus z jabłek () b/c 150g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb bezglutenowy 110g ( <b>SEZ, no ezamiera: ORZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Pasta z tufu i marchewki 100g ( <b>SOJ</b> ) Mus z jabłek () b/c 150g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	
	PN	Sok jabłkowo-jagdowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Podplomyki b/c 20g ( <b>GLUPSZ, ME</b> )	Sok jabłkowo-jagdowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Wafle ry owe 30g	Sok jabłkowo-jagdowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Wafle ry owe 30g	Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rehdio rozdrobniona, w dzona, parzona 30g Rzodkiew biala rozdrobniona z jogurtem 50g ( <b>ME</b> )		Podplomyki b/c 20g ( <b>GLUPSZ, ME</b> ) Sok jabłkowo-jagdowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt	Sok jabłkowo-jagdowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Chrupki kukurydziane 30g	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g ( <b>GLUPSZ, GLU, YT</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, rehdio rozdrobniona, w dzona, parzona 30g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50g ( <b>SEL</b> )	Chrupki kukurydziane 50g Sok jabłkowo-jagdowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt
	Warto energetyczna: 2392,16 kcal; Białko ogółem 114,90g; Tłuszcz: 72,51g; Kw tł. nasy.: 30,15g; W glowodany ogółem 328,99g; W tym cukry: 80,45g; Błonnik pok.: 28,27g; Sól: 10,25g	Warto energetyczna: 2434,00 kcal; Białko ogółem 116,52g; Tłuszcz: 67,19g; Kw tł. nasy.: 30,66g; W glowodany ogółem 343,15g; W tym cukry: 68,90g; Błonnik pok.: 23,52g; Sól: 7,79g	Warto energetyczna: 3204,15 kcal; Białko ogółem 139,27g; Tłuszcz: 96,09g; Kw tł. nasy.: 33,51g; W glowodany ogółem 416,07g; W tym cukry: 58,26g; Błonnik pok.: 25,64g; Sól: 10,05g	Warto energetyczna: 2632,79 kcal; Białko ogółem 139,66g; Tłuszcz: 75,92g; Kw tł. nasy.: 35,29g; W glowodany ogółem 337,25g; W tym cukry: 39,42g; Błonnik pok.: 47,92g; Sól: 11,46g	Warto energetyczna: 2510,44 kcal; Białko ogółem 131,70g; Tłuszcz: 68,68g; Kw tł. nasy.: 31,02g; W glowodany ogółem 343,88g; W tym cukry: 69,05g; Błonnik pok.: 23,52g; Sól: 8,26g	Warto energetyczna: 2924,51 kcal; Białko ogółem 88,95g; Tłuszcz: 115,88g; Kw tł. nasy.: 39,31g; W glowodany ogółem 398,21g; W tym cukry: 92,50g; Błonnik pok.: 41,72g; Sól: 9,30g	Warto energetyczna: 3167,91 kcal; Białko ogółem 137,72g; Tłuszcz: 101,63g; Kw tł. nasy.: 48,31g; W glowodany ogółem 432,16g; W tym cukry: 78,24g; Błonnik pok.: 30,96g; Sól: 8,35g	Warto energetyczna: 2644,06 kcal; Białko ogółem 138,76g; Tłuszcz: 75,09g; Kw tł. nasy.: 35,09g; W glowodany ogółem 332,89g; W tym cukry: 37,07g; Błonnik pok.: 30,68g; Sól: 10,71g	Warto energetyczna: 2643,51 kcal; Białko ogółem 110,65g; Tłuszcz: 75,89g; Kw tł. nasy.: 18,33g; W glowodany ogółem 377,83g; W tym cukry: 58,92g; Błonnik pok.: 33,81g; Sól: 3,28g	

	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 ( <b>GLU PSZ ME</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Serek homo naturalny 100g ( <b>ME</b> ) Banan 200g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml Cukier 10g	Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU PSZ ME</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Serek homo naturalny 100g ( <b>ME</b> ) Banan 200g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml Cukier 10g	Zacierka na napju sojowym 300ml ( <b>GLUPSZ SOJ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g ( <b>SOJ</b> ) Banan 200g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml Cukier 10g	Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU PSZ ME</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Serek homo naturalny 100g ( <b>ME</b> ) Pomidor 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml	Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU PSZ ME</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Serek homo naturalny 100g ( <b>ME</b> ) Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g ( <b>SOJ</b> ) Banan 200g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml Cukier 10g	Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU PSZ ME</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Serek homo naturalny 100g ( <b>ME</b> ) Banan 200g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml Cukier 10g	Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU PSZ ME</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <b>GLUPSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Serek homo naturalny 100g ( <b>ME</b> ) Banan 200g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml Cukier 10g	Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU PSZ ME</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Serek homo naturalny 100g ( <b>ME</b> ) Banan 200g Serek homo naturalny 100g ( <b>ME</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml	Kasza jagłana na napju sojowym 400ml ( <b>SOJ</b> ) Chleb bezglutenowy 110g ( <b>SEZ</b> ) <b>ito ezawiera : ORZ</b> Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z indyka gotowany 50g Banan 200g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml Cukier 10g
	II, N			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Filet z kurczaka gotowany 30g Surowka z marchwi z olejem b.c. 50g			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) mielona Filet z kurczaka gotowany 30g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Filet z kurczaka gotowany 30g Buraczki gotowane 50g
Chleb	Kalafiorowa z ry em* 300ml ( <b>ME SEL</b> ) Ryba smia onna (Dorsz) 120g ( <b>GLUPSZ JAJ RYB</b> ) Ziemniaki gotowane 150g Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml Surowka ydovszkz olejem b.c. 0 200g	Ry owa (bez mlika)* 300ml ( <b>SEL</b> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120g ( <b>RYB</b> ) Sos majerankowy * 80ml ( <b>GLUPSZ SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 150g Warzywa po grecku* 200g ( <b>GLUPSZ SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml	Kalafiorowa z ry em br zowym* 300ml ( <b>ME SEL</b> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120g ( <b>RYB</b> ) Ziemniaki gotowane 150g Sos majerankowy * 80ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Warzywa po grecku* 80g ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Surowka ydovszkz olejem b.c. 0 120g Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml	Kalafiorowa z ry em br zowym* 300ml ( <b>ME SEL</b> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120g ( <b>RYB</b> ) Sos majerankowy * 80ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 150g Warzywa po grecku* 200g ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml	Ry owa (bez mlika)* 300ml ( <b>SEL</b> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120g ( <b>RYB</b> ) Sos majerankowy * 80ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 150g Warzywa po grecku* 200g ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml	Kalafiorowa z ry em* 300ml ( <b>ME SEL</b> ) Ryba smia onna (Dorsz) 120g ( <b>GLUPSZ JAJ RYB</b> ) Ziemniaki gotowane 150g Surowka ydovszkz olejem b.c. 0 200g Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml	Ry owa (bez mlika)* 300ml ( <b>ME SEL</b> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120g ( <b>RYB</b> ) Sos majerankowy * 80ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 150g Warzywa po grecku* 200g ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml	Ry owa (bez mlika)* 300ml ( <b>SEL</b> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120g ( <b>RYB</b> ) Sos majerankowy * 80ml ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 150g Warzywa po grecku* 200g ( <b>GLU PSZ SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml	Ry owa (bez mlika)* 400ml ( <b>SEL</b> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120g ( <b>RYB</b> ) Ziemniaki gotowane 150g Sos majerankowy * (bez glutenu) 80ml ( <b>SEL</b> ) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 200g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b.c. 250ml
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa d bowa drobowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g	Wafle kukurydziane 35g Sok wielowarzywny pasteryzowany Q.33 1 szt			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) mielona Schab gotowany 30g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> )	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Wafle kukurydziane 35g	
Kolacja	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>ME</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g ( <b>SOJ</b> ) Papryka wie a 100g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>ME</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g ( <b>SOJ</b> ) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 100g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml	Jogurt sojowy r smaki 150g 1 szt ( <b>SOJ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g ( <b>SOJ</b> ) Papryka wie a 100g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>ME</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) Filet z kurczaka gotowany 30g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 100g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>ME</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) Filet z kurczaka gotowany 30g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 100g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>ME</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) Serek Almette mini 30g 2 szt ( <b>ME</b> ) Papryka wie a 100g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>ME</b> ) Ry owa (bez mlika)* 300ml ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) mielona Filet z kurczaka gotowany 30g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 100g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>ME</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Chleb Graham 50g ( <b>GLUPSZ</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>ME</b> ) Pasta z jaj z natk pietruszki - dieta 100g ( <b>JAJ, ME</b> ) Szynka Piastowska- vp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g ( <b>SOJ</b> ) Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 100g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml	Jogurt sojowy r smaki 150g 1 szt ( <b>SOJ</b> ) Chleb bezglutenowy 110g ( <b>SEZ</b> ) <b>ito ezawiera : ORZ</b> Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30g Cukinia pieczona z koncentratem pomidorowym z olejem * 100g Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b.c. 250ml
	PN	Wafle kukurydziane 35g Sok wielowarzywny pasteryzowany Q.33 1 szt	Wafle kukurydziane 50g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Wafle kukurydziane 35g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Płat szynkowy - produkt wlepszony w dzony parzony z dodan wod 30g ( <b>GLUPSZ SOJ, ME, mde zawieta : JAJ, SEL, GOR</b> ) Operek kiszony 50g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Wafle kukurydziane 35g	Wafle kukurydziane 35g Sok wielowarzywny pasteryzowany Q.33 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Wafle kukurydziane 35g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLUPSZ GLU YT</b> ) Płat szynkowy - produkt wlepszony w dzony parzony z dodan wod 30g ( <b>GLUPSZ SOJ, ME, mde zawieta : JAJ, SEL, GOR</b> ) Dylnia z wody 50g
	Warto energetyczna: 2573,32 kcal; Białko ogółem: 112,51 g; Tłuszcz: 81,80 g; Kw. tł. nasy.: 28,21 g; W glowodany ogółem: 329,53 g; W tym cukry: 84,73 g; Blonnik pok.: 33,23 g; Sol: 8,67 g	Warto energetyczna: 2562,25 kcal; Białko ogółem: 119,24 g; Tłuszcz: 70,23 g; Kw. tł. nasy.: 27,22 g; W glowodany ogółem: 333,99 g; W tym cukry: 97,00 g; Blonnik pok.: 24,53 g; Sol: 9,76 g	Warto energetyczna: 3127,97 kcal; Białko ogółem: 138,50 g; Tłuszcz: 109,01 g; Kw. tł. nasy.: 29,65 g; W glowodany ogółem: 372,38 g; W tym cukry: 87,99 g; Blonnik pok.: 27,58 g; Sol: 11,61 g	Warto energetyczna: 2524,39 kcal; Białko ogółem: 136,91 g; Tłuszcz: 73,78 g; Kw. tł. nasy.: 28,32 g; W glowodany ogółem: 320,01 g; W tym cukry: 96,91 g; Blonnik pok.: 49,40 g; Sol: 10,64 g	Warto energetyczna: 2573,60 kcal; Białko ogółem: 133,17 g; Tłuszcz: 70,80 g; Kw. tł. nasy.: 27,36 g; W glowodany ogółem: 333,99 g; W tym cukry: 96,91 g; Blonnik pok.: 24,53 g; Sol: 9,83 g	Warto energetyczna: 2678,62 kcal; Białko ogółem: 107,03 g; Tłuszcz: 94,89 g; Kw. tł. nasy.: 38,41 g; W glowodany ogółem: 331,13 g; W tym cukry: 84,47 g; Blonnik pok.: 33,23 g; Sol: 7,30 g	Warto energetyczna: 3262,79 kcal; Białko ogółem: 158,52 g; Tłuszcz: 101,34 g; Kw. tł. nasy.: 46,81 g; W glowodany ogółem: 441,24 g; W tym cukry: 105,60 g; Blonnik pok.: 25,49 g; Sol: 9,35 g	Warto energetyczna: 2653,72 kcal; Białko ogółem: 140,85 g; Tłuszcz: 73,73 g; Kw. tł. nasy.: 28,42 g; W glowodany ogółem: 342,51 g; W tym cukry: 57,14 g; Blonnik pok.: 33,64 g; Sol: 12,68 g	Warto energetyczna: 2655,07 kcal; Białko ogółem: 108,50 g; Tłuszcz: 91,39 g; Kw. tł. nasy.: 18,47 g; W glowodany ogółem: 305,09 g; W tym cukry: 84,42 g; Blonnik pok.: 29,85 g; Sol: 5,99 g

	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
naziębne	Platki pszenne na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony wosłonce niejadalnej 50g ( <i>ME, ezaniera: GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR</i> ) D em 25g 1 szt Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Pomidorki koktajlowe 100g	Platki pszenne na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony wosłonce niejadalnej 50g ( <i>ME, ezaniera: GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR</i> ) D em 25g 1 szt Jabłko pieczone 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g	Platki pszenne na napojsojowym 300ml ( <i>GLUPSZ, SOJ</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 50g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Jabłko pieczone 200g	Platki pszenne na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 110g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony wosłonce niejadalnej 50g ( <i>ME, ezaniera: GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR</i> ) Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Platki pszenne na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Serek twarogowy mielankowy 16,67g (kiri, haga) 2 szt ( <i>ME</i> ) D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Jabłko pieczone 200g	Platki pszenne na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Ser dły 50g ( <i>ME</i> ) D em 25g 1 szt Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Pomidorki koktajlowe 100g	Platki pszenne na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Młs z jabłk () b/c 150g	Platki pszenne na mleku 300ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Chleb Graham 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony wosłonce niejadalnej 50g ( <i>ME, ezaniera: GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR</i> ) Brokuł gotowany* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Ry na napoju sojowym 400ml ( <i>SOJ</i> ) Chleb bezglutenowy 110g ( <i>SEL, ME, ezaniera: ORZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 50g D em 25g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g Jabłko pieczone 200g
	II IN		Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Piasłowska- wp, w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30g ( <i>SOJ</i> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Schab gotowany plasty 30g Papryka wie a 50g			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Twaro ek 50g ( <i>ME</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> )	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Schab gotowany plasty 30g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50g ( <i>SEL</i> )	
Chleb	Selerowa z ziemiakami * 300ml ( <i>ME, SEL</i> ) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos koperkowy * 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Salatka z buraczkówi jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Selerowa z ziemiakami (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos koperkowy * 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Salatka z buraczkówi jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Selerowa z ziemiakami (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos koperkowy * 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Salatka z buraczkówi jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Selerowa z ziemiakami * 300ml ( <i>ME, SEL</i> ) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos koperkowy * 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Salatka z buraczkówi jabłka z olejem 80g Salatka szwedzka z olejemb/c 120g ( <i>GOR</i> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Selerowa z ziemiakami (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos koperkowy * 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Salatka z buraczkówi jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Selerowa z ziemiakami * 300ml ( <i>ME, SEL</i> ) Gulasz z soczewicy i papryki () 150g ( <i>GLUPSZ, SEL</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Salatka z buraczkówi jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Selerowa z ziemiakami (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) M. so drobiowe mielone z marchewk 120g Sos koperkowy * 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane puree 150g Buraczki gotowane 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Selerowa z ziemiakami (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos koperkowy * 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Salatka z buraczkówi jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml	Selerowa z ziemiakami (bez mleka)* 400ml ( <i>SEL</i> ) Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos koperkowy * 80ml ( <i>GLUPSZ, ME</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Salatka z buraczkówi jabłka z olejem 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAJ</i> )	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Wafle ry owe 30g			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Pasta z jaj 50g ( <i>JAJ, ME</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> )	Wafle ry owe 30g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <i>ME</i> )	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Ser dły 50g ( <i>ME</i> ) Schab gotowany plasty 50g Surowka z marchwi z olejem b/c 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Twarog półtłusty 100g ( <i>ME</i> ) Budy o smaku mielankowym b/c 200ml ( <i>ME</i> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Schab gotowany plasty 50g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa d. bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Budy o smaku mielankowym n.sojowy b/c 200ml ( <i>SOJ</i> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Schab gotowany plasty 50g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Twarog półtłusty 100g ( <i>ME</i> ) Surowka z marchwi z olejem b/c 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Schab gotowany plasty 50g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Twarog półtłusty 100g ( <i>ME</i> ) Schab gotowany plasty 50g Budy o smaku mielankowym b/c 200ml ( <i>ME</i> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Chleb razowy, żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Twarog półtłusty 100g ( <i>ME</i> ) Surowka z marchwi z olejem b/c 100g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAJ</i> ) Surowka z marchwi z olejem b/c 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Selerowa z ziemiakami (bez mleka)* 300ml ( <i>SEL</i> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Serek homo naturalny 100g ( <i>ME</i> ) mielona Schab gotowany 50g Budy o smaku mielankowym b/c 200ml ( <i>ME</i> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Chleb Graham 50g ( <i>GLUPSZ</i> ) Mleko porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Twarog półtłusty 100g ( <i>ME</i> ) Dylnia z wody 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Schab gotowany plasty 50g	Chleb bezglutenowy 110g ( <i>SEL, ME, ezaniera: ORZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab gotowany 50g Budy o smaku mielankowym n.sojowy b/c 200ml ( <i>SOJ</i> ) Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g Schab gotowany plasty 50g
	PN	Bułka ma lana 50g 1 szt ( <i>GLUPSZ, JAJ, ME</i> ) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <i>ME</i> )		Przedier owocowy jabłko-tuskawka 120g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Schab Pieczony w piezrowy, parzony, pieczony z wod dodan 30g ( <i>SOJ</i> ) Pomidr 50g		Bułka ma lana 50g 1 szt ( <i>GLUPSZ, JAJ, ME</i> ) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <i>ME</i> )	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Schab Pieczony w piezrowy, parzony, pieczony z wod dodan 30g ( <i>SOJ</i> ) Marchewniki gotowana z olejem* 50g	Przedier owocowy jabłko-tuskawka 120g 1 szt Wafle ry owe 30g
	Warto energetyczna: 2366,84 kcal; Białko ogółem 112,96g; Tłuszcz: 83,21g; Kw. tł. nasy.: 35,36g; W. glówniany ogółem 309,00g; W. tym cukry: 57,97g; Błonnik pok.: 32,17g; Sól: 7,85g	Warto energetyczna: 2537,84 kcal; Białko ogółem 125,70g; Tłuszcz: 73,17g; Kw. tł. nasy.: 30,30g; W. glówniany ogółem 355,97g; W. tym cukry: 90,22g; Błonnik pok.: 24,75g; Sól: 6,58g	Warto energetyczna: 2944,66 kcal; Białko ogółem 135,30g; Tłuszcz: 94,60g; Kw. tł. nasy.: 30,43g; W. glówniany ogółem 402,17g; W. tym cukry: 78,51g; Błonnik pok.: 29,79g; Sól: 9,01g	Warto energetyczna: 2499,91 kcal; Białko ogółem 152,48g; Tłuszcz: 74,44g; Kw. tł. nasy.: 30,34g; W. glówniany ogółem 327,91g; W. tym cukry: 52,40g; Błonnik pok.: 48,44g; Sól: 9,93g	Warto energetyczna: 2657,34 kcal; Białko ogółem 134,17g; Tłuszcz: 82,07g; Kw. tł. nasy.: 38,30g; W. glówniany ogółem 357,31g; W. tym cukry: 91,25g; Błonnik pok.: 24,75g; Sól: 6,14g	Warto energetyczna: 2439,28 kcal; Białko ogółem 95,22g; Tłuszcz: 85,77g; Kw. tł. nasy.: 36,45g; W. glówniany ogółem 341,25g; W. tym cukry: 64,59g; Błonnik pok.: 37,49g; Sól: 6,51g	Warto energetyczna: 3198,95 kcal; Białko ogółem 157,69g; Tłuszcz: 95,62g; Kw. tł. nasy.: 47,13g; W. glówniany ogółem 441,78g; W. tym cukry: 79,78g; Błonnik pok.: 29,35g; Sól: 6,50g	Warto energetyczna: 2617,96 kcal; Białko ogółem 156,67g; Tłuszcz: 75,87g; Kw. tł. nasy.: 30,60g; W. glówniany ogółem 341,72g; W. tym cukry: 49,99g; Błonnik pok.: 37,21g; Sól: 10,40g	Warto energetyczna: 2457,07 kcal; Białko ogółem 110,75g; Tłuszcz: 73,95g; Kw. tł. nasy.: 18,57g; W. glówniany ogółem 343,77g; W. tym cukry: 74,92g; Błonnik pok.: 30,48g; Sól: 2,88g

	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	
2026-01-04 niedziela	<b>niezbędne</b>	Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLUSZ ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Schab gotowany plasty 50g Jabłko 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLUSZ ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Schab gotowany plasty 50g Brzoskwinie wysyropie 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g	Kasza manna na napoju sjojowym 300ml ( <i>GLUSZ SOJ</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLUSZ ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Schab gotowany plasty 50g Papryka wie a 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLUSZ ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Schab gotowany plasty 50g Tofu 50g ( <i>SOJ</i> ) Brzoskwinie wysyropie 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g	Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLUSZ ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Pasztecik sojowy z pieczarkami 113g 1 szt ( <i>SOJ, GOR</i> ) Jabłko 200g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLUSZ ME</i> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <i>GLUSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) mielona Schab gotowany 50g Mus z brzoskwi 150g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g	Kasza kukurydziana na napoju sjojowym 400ml ( <i>SOJ</i> ) Chleb bezglutenowy 110g ( <i>SEZ</i> <i>ITO ezawiera : ORZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Schab gotowany plasty 50g Brzoskwinie wysyropie 200g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Cukier 10g Salata zielona 10g	
	<b>II IN</b>		Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Szynkova d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g Ogórek kiszony 50g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Szynkova d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g Ogórek kiszony 50g			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) mielona Szynkova d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> )	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Szynkova d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30g Buraczki gotowane plasty 50g		
	<b>Obiad</b>	Pomidorowa z makaronem* 300 ml ( <i>GLUSZ ME SEL</i> ) Kolej mielony wlepowy 100g ( <i>GLUSZ JAU</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Surowka z kapusty bialej z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml ( <i>GLUSZ ME SEL</i> ) Bułka schabowa duszona 100g ( <i>GLUSZ</i> ) Sos pieczeniowy 80ml ( <i>GLUSZ</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Marchewniki gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 300ml ( <i>GLUSZ SEL</i> ) Bułka schabowa duszona 100g ( <i>GLUSZ</i> ) Sos pieczeniowy 80ml ( <i>GLUSZ</i> ) Kluski 1 skie* 150g ( <i>JAU</i> ) Marchewniki gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml ( <i>GLUSZ ME SEL</i> ) Bułka schabowa duszona 100g ( <i>GLUSZ</i> ) Sos pieczeniowy 80ml ( <i>GLUSZ</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Surowka z kapusty bialej z olejem b/c 120g Marchewniki gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml ( <i>GLUSZ ME SEL</i> ) Bułka schabowa duszona 100g ( <i>GLUSZ</i> ) Sos pieczeniowy 80ml ( <i>GLUSZ</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Marchewniki gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml ( <i>GLUSZ ME SEL</i> ) Zapiekanka z ziemikowiy warzyw* 300g ( <i>JAU ME SEL</i> ) Sos bazylowy* 80ml ( <i>GLUSZ SEL</i> ) Surowka z kapusty bialej z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <i>ME</i> )	Pomidorowa z makaronem* 300 ml ( <i>GLUSZ ME SEL</i> ) M so wlepowe mielone z marchewk 120g Sos pieczeniowy 80ml ( <i>GLUSZ</i> ) Ziemniaki gotowane puree 150g ( <i>ME</i> ) Marchewniki gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml ( <i>GLUSZ ME SEL</i> ) Bułka schabowa duszona 100g ( <i>GLUSZ</i> ) Sos pieczeniowy 80ml ( <i>GLUSZ</i> ) Ziemniaki gotowane 150g Marchewniki gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml	Pomidorowa z ry em (bez mleka)* 400ml ( <i>SEL</i> ) Bułka schabowa duszona (bez glutenu) 100g ( <i>GLUSZ</i> ) Sos pieczeniowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane 150g Marchewniki gotowana z dejem* 200g Kompot owocowy z jablkami* b/c 250ml
	<b>PD</b>			Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 30g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Kasza jaglana ekspandowana 10g		Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Chrupki kukurydziane 30g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <i>ME</i> ) Kasza jaglana ekspandowana 10g		
	<b>Kolejnia</b>	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAU</i> ) Hummus z deledzycy 100g Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Szynkova d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAU</i> ) Cukinia pieczona z koncentratem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Bułka pszenna długa krojona 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAU</i> ) Szynkova d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Cukinia pieczona z koncentratem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAU</i> ) Hummus z deledzycy 100g Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUSZ GLU YT</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>JAU</i> ) Szynkova d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Cukinia pieczona z koncentratem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAU</i> ) Hummus z deledzycy 100g Pomidorki koktajlowe 100g Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml ( <i>GLUSZ ME SEL</i> ) Bułka pszenna długa krojona 110g ( <i>GLUSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Pasta z jaj 100g ( <i>JAU ME</i> ) mielona Filet z kurczaka gotowany 50g Cukinia pieczona z koncentratem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- żytni 60g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Chleb Graham 50g ( <i>GLUSZ</i> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <i>ME</i> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAU</i> ) Szynkova d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Cukinia pieczona z koncentratem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g	Chleb bezglutenowy 110g ( <i>SEZ</i> <i>ITO ezawiera : ORZ</i> ) Margaryna ozaw tłuszczu80%15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAU</i> ) Filet z kurczaka gotowany plasty 50g Cukinia pieczona z koncentratem* 100g Herbata czarna granulowana b/c 250ml Salata zielona 10g
	<b>PN</b>	Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <i>ME</i> ) Wafle kukurydziane 30g		Sok jablkowo-jagodowy Q2L NFC -100% tłoczony 1 szt Wafle kukurydziane 30g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Rzepakiala rozdrobniona z jogurtem 50g ( <i>ME</i> )	Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <i>ME</i> ) Wafle kukurydziane 30g		Meko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <i>ME</i> ) Ciasto dro d owe 50g ( <i>GLUSZ JAU ME SOJ</i> )	Chleb mieszany pszenno- żytni 50g ( <i>GLUSZ GLU YT</i> ) Filet z kurczaka gotowany plasty 30g Brokul gotowany* 50g	Sok jablkowo-jagodowy Q2L NFC -100% tłoczony 1 szt Wafle kukurydziane 50g
	Warto energetyczna: 2630,48 kcal; Bialko ogolem: 104,32g; Tluszcz: 97,93g; Kw tł. nasy.: 33,87g; W glowodany ogolem: 319,72g; W tym cukry: 72,47g; Blonnik pok.: 35,74g; Sol: 6,06g	Warto energetyczna: 2512,90 kcal; Bialko ogolem: 116,29g; Tluszcz: 85,06g; Kw tł. nasy.: 32,37g; W glowodany ogolem: 306,70g; W tym cukry: 81,78g; Blonnik pok.: 22,41g; Sol: 8,51g	Warto energetyczna: 3131,97 kcal; Bialko ogolem: 134,48g; Tluszcz: 111,09g; Kw tł. nasy.: 34,86g; W glowodany ogolem: 380,46g; W tym cukry: 81,27g; Blonnik pok.: 25,01g; Sol: 9,81g	Warto energetyczna: 2584,31 kcal; Bialko ogolem: 132,90g; Tluszcz: 88,41g; Kw tł. nasy.: 30,43g; W glowodany ogolem: 333,01g; W tym cukry: 51,56g; Blonnik pok.: 49,99g; Sol: 8,83g	Warto energetyczna: 2647,90 kcal; Bialko ogolem: 128,69g; Tluszcz: 94,17g; Kw tł. nasy.: 33,41g; W glowodany ogolem: 307,25g; W tym cukry: 81,78g; Blonnik pok.: 22,41g; Sol: 8,79g	Warto energetyczna: 2501,51 kcal; Bialko ogolem: 76,34g; Tluszcz: 100,72g; Kw tł. nasy.: 33,41g; W glowodany ogolem: 309,99g; W tym cukry: 83,75g; Blonnik pok.: 37,33g; Sol: 6,84g	Warto energetyczna: 3237,98 kcal; Bialko ogolem: 152,88g; Tluszcz: 111,95g; Kw tł. nasy.: 47,28g; W glowodany ogolem: 416,87g; W tym cukry: 88,45g; Blonnik pok.: 26,84g; Sol: 8,85g	Warto energetyczna: 2561,49 kcal; Bialko ogolem: 139,33g; Tluszcz: 83,64g; Kw tł. nasy.: 30,44g; W glowodany ogolem: 327,35g; W tym cukry: 46,41g; Blonnik pok.: 32,68g; Sol: 11,47g	Warto energetyczna: 2541,64 kcal; Bialko ogolem: 104,36g; Tluszcz: 84,86g; Kw tł. nasy.: 19,24g; W glowodany ogolem: 298,38g; W tym cukry: 78,53g; Blonnik pok.: 26,89g; Sol: 4,75g	

## Oznaczenia alergenów

GLU PSZ - Zbo a zawieraj ce gluten pszenny,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktoz ,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - 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 nikówcod .:

Warto energetyczna - Warto energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,  
Tłuszcz - Tłuszcz,  
W glowodany ogółem - W glowodany ogółem,  
Sól - Sól,  
K - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,  
- % energii z białka,  
Ener. z T - % energii z tłuszczu,  
- % energii z w glowodanów,  
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,