

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2026.03.01 niedziela	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytr.piecz.masło.(1)śniadanie 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) kurczak gotowany 50 g jaja 1 szt (<u>JAJ.</u>) sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g papryka 50 g Śniadanie II 1 Por jabłka. 180 g	zupa pomidorowa z ryżem(1) 1 Por (<u>MLE, SEL.</u>) Szynka pieczona w sosie własnym (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GOR.</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sałatka-mizeria(1) 1 Por (<u>MLE.</u>) buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) pieczeń z drobiu -kolacja (1,2,6) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ.</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) sałata ziel. 10 g pomidorki koktajlowe 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por kefir 200 g (<u>MLE.</u>)	Wartość netto [zł] 16,17 Wartość brutto [zł] 17 Energia kcal [kcal] 1 874,6 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 255,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,8 Sacharoza [g] 38,7 Sód [mg] 2 052,6 Błonnik pokarmowy [g] 27
	(2)Dieta łatwostrawna	herbata z cytr.piecz. masło(2,3,4) śniadanie 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) kurczak gotowany 50 g sałata ziel. 30 g Śniadanie II 1 Por jabłka pieczone.(1,2) 1 Por	zupa pomidorowa z ryżem(2,6) 1 Por (<u>MLE, SEL.</u>) potrawka gotowana z szynki (2,3,4) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL.</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło- kolacja (2) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) pieczeń z drobiu -kolacja (1,2,6) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ.</u>) szynka wieprzowa gotowana 50 g sałata ziel. 30 g Kolacja II (2,3,4) 1 Por kefir 200 g (<u>MLE.</u>)	Wartość netto [zł] 13,59 Wartość brutto [zł] 14,29 Energia kcal [kcal] 1 771,5 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 51,2 Węglowodany ogółem [g] 256,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,2 Sacharoza [g] 40,2 Sód [mg] 2 131,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,8
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	herbata z cytr.piecz. masło (6) śniadanie 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) kurczak gotowany 50 g sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g Śniadanie II (6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) jaja 1 szt (<u>JAJ.</u>) papryka 50 g jabłka. 180 g	zupa pomidorowa z ryżem(1) 1 Por (<u>MLE, SEL.</u>) Szynka pieczona w sosie własnym (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GOR.</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sałatka-mizeria(1) 1 Por (<u>MLE.</u>) buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) pieczeń z drobiu -kolacja (1,2,6) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ.</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) sałata ziel. 10 g pomidorki koktajlowe 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por kefir 200 g (<u>MLE.</u>)	Wartość netto [zł] 16,03 Wartość brutto [zł] 16,85 Energia kcal [kcal] 1 789,6 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 66,4 Węglowodany ogółem [g] 228,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,7 Sacharoza [g] 15,9 Sód [mg] 2 122,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
2026.03.02 poniedziałek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z kaszą manną (1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE.</u>) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u>) pasta z twarogu z papryką św.(1) 1 Por (<u>MLE.</u>) roszponka 5 g rzodkiewka 50 g pomidorki koktajlowe 50 g Śniadanie II 1 Por mandarynki 150 g	zupa ziemniaczanka(1) 1 Por (<u>GLU-psz, SEL.</u>) łazanki z kap kiszoną i szynką(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ.</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) paprykarz z ryby(1) 1 Por (<u>RYB.</u>) jaja 1 szt (<u>JAJ.</u>) rukola. 5 g papryka 50 g pomidorki koktajlowe 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por jogurt 150 g (<u>MLE.</u>)	Wartość netto [zł] 15,52 Wartość brutto [zł] 16,32 Energia kcal [kcal] 2 332,1 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 309,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9 Sacharoza [g] 42,5 Sód [mg] 2 531,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z kaszą manną (1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE.</u>) kawa z mlek.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE.</u>) roszponka 10 g Śniadanie II 1 Por banan 200 g	zupa jarzynowa(2,6) 1 Por (<u>GLU, SEL.</u>) schab got.w jarzyn.(2,6) 1 Por (<u>SEL.</u>) sos pomidor (2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sałata ziel (1,2,6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło- kolacja (2) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) indyk gotowany 70 g roszponka 10 g dżem 50 g Kolacja II (2,3,4) 1 Por jogurt 150 g (<u>MLE.</u>)	Wartość netto [zł] 12,66 Wartość brutto [zł] 13,31 Energia kcal [kcal] 2 004,6 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 48,6 Węglowodany ogółem [g] 312,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,2 Sacharoza [g] 67,8 Sód [mg] 2 179,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,3

2026.03.02 poniedziałek	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył</u>) pasta z twarogu z papryką św.(1) 1 Por (<u>MLE</u>) roszponka 5 g rzodkiewka 50 g Śniadanie II (6) 1 Por (<u>GLU-psz</u>) szynka wieprzowa gotowana 50 g pomidorki koktajlowe 50 g mandarynki 150 g	zupa ziemniaczanka(1) 1 Por (<u>GLU-psz, SEL</u>) schab got.w jarzyn.(2,6) 1 Por (<u>SEL</u>) sos pomidor (2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sałata ziel (1,2,6) 1 Por sał.z kap kisz.(6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył</u>) paprykarz z ryby(1) 1 Por (<u>RYB</u>) jaja 1 szt (<u>JAJ</u>) rukola. 5 g papryka 50 g pomidorki koktajlowe 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por jogurt 150 g (<u>MLE</u>)	Wartość netto [zł] 16,13 Wartość brutto [zł] 16,96 Energia kcal [kcal] 1 804,5 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 228,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,4 Sacharoza [g] 20,7 Sód [mg] 2 750,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
	(1)Dieta podstawowa	mleczna z pł ows.(1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE</u>) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył</u>) jaja got.(1,6) 1 Por (<u>JAJ</u>) sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g papryka 50 g Śniadanie II 1 Por placek drożdż z krusz.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, MLE</u>)	zupa barszcz ukraiński(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL</u>) gulasz drob. duszony z pieczarkami(1) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL</u>) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por brukselka gotowana(1) 1 Por sał. z march i jab z kefirem(1) 1 Por (<u>MLE</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył</u>) pasta z woł.(1,2,6) 1 Por (<u>SEL</u>) Ser fromage (1,2,6) 1 Por (<u>MLE</u>) sałata ziel. 10 g pomidorki koktajlowe 50 g rzodkiewka 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por jogur owocowy 1 szt (<u>MLE</u>)	Wartość netto [zł] 21,31 Wartość brutto [zł] 22,43 Energia kcal [kcal] 2 870,8 Białko ogółem [g] 145,2 Tłuszcz [g] 102,5 Węglowodany ogółem [g] 383,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35 Sacharoza [g] 53,1 Sód [mg] 2 262,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,3
2026.03.03 wtorek	(2)Dieta łatwastrawna	mleczna z pł ows.(1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE</u>) kawa z mlek.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył</u>) szynka wieprzowa gotowana 50 g sałata ziel. 30 g Śniadanie II 1 Por placek drożdż z krusz.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, MLE</u>)	zupa ziemniaczana(2,6) 1 Por (<u>GLU, SEL</u>) pulpety gotowane z indyka (2,6) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, SEL</u>) sos koperkowy (2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL</u>) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por marchew gotowana (2) 1 Por (<u>GLU</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło- kolacja (2) 1 Por (<u>GLU-psz</u>) pasta z woł.(1,2,6) 1 Por (<u>SEL</u>) pasta z twarogu z sałata (1,2,6) 1 Por (<u>MLE</u>) sałata ziel. 30 g Kolacja II (2,3,4) 1 Por jogur owocowy 1 szt (<u>MLE</u>)	Wartość netto [zł] 18,33 Wartość brutto [zł] 19,28 Energia kcal [kcal] 2 626,7 Białko ogółem [g] 118,7 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 364 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,5 Sacharoza [g] 51,6 Sód [mg] 2 271,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył</u>) jaja got.(1,6) 1 Por (<u>JAJ</u>) sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g Śniadanie II (6) 1 Por (<u>GLU-psz</u>) indyk gotowany 50 g papryka 50 g jabłka. 180 g	zupa barszcz ukraiński(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL</u>) gulasz drob. duszony z pieczarkami(1) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL</u>) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por brukselka gotowana(1) 1 Por sał. z march i jab z kefirem(1) 1 Por (<u>MLE</u>) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył</u>) pasta z woł.(1,2,6) 1 Por (<u>SEL</u>) Ser fromage (1,2,6) 1 Por (<u>MLE</u>) sałata ziel. 10 g pomidorki koktajlowe 50 g rzodkiewka 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por jogurt 150 g (<u>MLE</u>)	Wartość netto [zł] 19,66 Wartość brutto [zł] 20,67 Energia kcal [kcal] 2 005,1 Białko ogółem [g] 127,4 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 250,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6 Sacharoza [g] 18,3 Sód [mg] 2 426,4 Błonnik pokarmowy [g] 39

2026.03.04 środa	(1)Dieta podstawowa	mleczna z kaszą kukurydzą(1,2) 1 Por (<u>MLE</u>) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył</u>) pasta sera ż.papr.św, ogór.św(1) 1 Por (<u>MLE</u>) rukola. 5 g pomidorki koktajlowe 50 g rzodkiewka 50 g Śniadanie II 1 Por banan 200 g	zupa ogórkowa z ziemn.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL</u>) wątrob.drob.duszona z ceb.(1). 1 Por (<u>GLU</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał z kapusty czerw.z marchewką(1,6) 1 Por sałata ziel (1,2,6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył</u>) sałatka z kurczakiem(1) 1 Por (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) szynka wieprzowa gotowana 50 g roszponka 5 g papryka 50 g pomidorki koktajlowe 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por kefir 200 g (<u>MLE</u>)	Wartość netto [zł] 17,75 Wartość brutto [zł] 18,66 Energia kcal [kcal] 2 132,5 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 300,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,9 Sacharoza [g] 52,8 Sód [mg] 2 952,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	(2)Dieta łatwowstrawna	mleczna z kaszą kukurydzą(1,2) 1 Por (<u>MLE</u>) kawa z mlek.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył</u>) Ser fromage z koperkiem (1,2,6) 1 g (<u>MLE</u>) roszponka 10 g Śniadanie II 1 Por jabłka pieczone.(1,2) 1 Por	zupa barszcz zabieleny (2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL</u>) bitka z drob. w sosie koperkowym (7,11) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sałata ziel (1,2,6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja (2) 1 Por (<u>GLU-psz</u>) kurczak gotowany 70 g pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE</u>) roszponka 10 g Kolacja II (2,3,4) 1 Por kefir 200 g (<u>MLE</u>)	Wartość netto [zł] 13,38 Wartość brutto [zł] 14,07 Energia kcal [kcal] 1 776,6 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 44,4 Węglowodany ogółem [g] 256,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,7 Sacharoza [g] 39,2 Sód [mg] 2 115,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył</u>) pasta sera ż.papr.św, ogór.św(1) 1 Por (<u>MLE</u>) rukola. 5 g pomidorki koktajlowe 50 g Śniadanie II (6) 1 Por (<u>GLU-psz</u>) Ser fromage z koperkiem (1,2,6) 1 g (<u>MLE</u>) rzodkiewka 50 g jabłka. 180 g	zupa ogórkowa z ziemn.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL</u>) wątrob.drob.duszona z ceb.(1). 1 Por (<u>GLU</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał z kapusty czerw.z marchewką(1,6) 1 Por sałata ziel (1,2,6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył</u>) sałatka z kurczakiem(1) 1 Por (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) szynka wieprzowa gotowana 50 g roszponka 5 g papryka 50 g pomidorki koktajlowe 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por kefir 200 g (<u>MLE</u>)	Wartość netto [zł] 17,51 Wartość brutto [zł] 18,39 Energia kcal [kcal] 1 901,1 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 235,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,8 Sacharoza [g] 13,1 Sód [mg] 2 928,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
2026.03.05 czwartek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z ryżem(1,2) 1 Por (<u>MLE</u>) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył</u>) Ser fromage (1,2,6) 1 Por (<u>MLE</u>) dżem 50 g sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g papryka 50 g Śniadanie II 1 Por Pomarańcza 250 g	zupa z soczewicy (1,010) 1 Por (<u>SEL</u>) schab pieczony(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GOR, może zawierać: GLU-psz,</u> może zawierać: <u>GLU-psz,</u> GLU-psz, ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał z pora,march.i kukur.(1,6,010) 1 Por (<u>JAJ, GOR, może zawierać: GLU-psz,</u> szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył</u>) pasta z drobiu i jarzyn (1) 1 Por (<u>SEL</u>) ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) sałata ziel. 10 g pomidorki koktajlowe 50 g papryka 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por jogurt 150 g (<u>MLE</u>)	Wartość netto [zł] 19,15 Wartość brutto [zł] 20,12 Energia kcal [kcal] 2 464,7 Białko ogółem [g] 124,5 Tłuszcz [g] 88,7 Węglowodany ogółem [g] 323,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7 Sacharoza [g] 60,8 Sód [mg] 2 479,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,3
	(2)Dieta łatwowstrawna	mleczna z ryżem(1,2) 1 Por (<u>MLE</u>) kawa z mlek.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył</u>) indyk gotowany 50 g sałata ziel. 30 g Śniadanie II 1 Por jabłka pieczone.(1,2) 1 Por	zupa owsiankowa(2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL</u>) schab got.w jarzyn.(2,6) 1 Por (<u>SEL</u>) sos potrawk (2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja (2) 1 Por (<u>GLU-psz</u>) pasta z drob.i jarz.(2,6) 1 Por (<u>SEL</u>) Ser fromage (1,2,6) 1 Por (<u>MLE</u>) sałata ziel. 30 g Kolacja II (2,3,4) 1 Por jogurt 150 g (<u>MLE</u>)	Wartość netto [zł] 14,02 Wartość brutto [zł] 14,73 Energia kcal [kcal] 1 945,1 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 257 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,2 Sacharoza [g] 37,8 Sód [mg] 2 173,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,1

2026.03.05 czwartek	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u>) Ser fromage (1,2,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) sałata ziel. 10 g rzodkiewka 50 g Śniadanie II (6) 1 Por (<u>GLU-psz,</u>) jaja 1 szt (<u>JAJ,</u>) papryka 50 g Pomarańcza 250 g	zupa z soczewicy (1,010) 1 Por (<u>SEL,</u>) schab pieczony(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GOR, może zawierać: GLU-psz,</u> może zawierać: GLU-psz, ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał z pora,march.i kukur.(1,6,010) 1 Por (<u>JAJ, GOR, może zawierać: GLU-psz,</u>) szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) pasta z drobiu i jarzyn (1) 1 Por (<u>SEL,</u>) ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) sałata ziel. 10 g pomidorki koktajlowe 50 g papryka 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por jogurt 150 g (<u>MLE,</u>)	Wartość netto [zł] 18,23 Wartość brutto [zł] 19,17 Energia kcal [kcal] 2 182,6 Białko ogółem [g] 122 Tłuszcz [g] 93,5 Węglowodany ogółem [g] 247,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 Sacharoza [g] 21,5 Sód [mg] 2 516,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,1
2026.03.06 piątek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z kaszą manną (1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE,</u>) kawa z ml.piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u>) pasta z jaj ze szczyp.(1) 1 Por (<u>JAJ, MLE,</u>) rukola. 5 g pomidorki koktajlowe 50 g rzodkiewka 50 g Śniadanie II 1 Por banan 200 g	zupa kapuśniak z kisz.kap.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, SEL,</u>) ryba pieczona z sosem greckim(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, RYB, SEL, GOR, może zawierać: GLU-psz,</u>) może zawierać: GLU-psz, ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał ziel.rzod.szczyp.(1,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) sałatka z kaszy i brokuła (1,6) 1 Por (<u>JAJ, GOR, GLU-jęc, może zawierać: GLU-psz,</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) roszponka 5 g papryka 50 g rzodkiewka 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por jogur owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Wartość netto [zł] 18,73 Wartość brutto [zł] 19,7 Energia kcal [kcal] 2 389,6 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 337,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,6 Sacharoza [g] 58,7 Sód [mg] 2 456,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,2
	(2)Dieta łatwostrawna	mleczna z kaszą manną (1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE,</u>) kawa z mlek.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u>) Ser fromage (1,2,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) dżem 50 g roszponka 10 g Śniadanie II 1 Por banan 200 g	zupa makaronowa(2,6) 1 Por (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u>) ryba gotowana w jarz.(2,6) 1 Por (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL,</u>) sos pomidor (2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz,</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło- kolacja (2) 1 Por (<u>GLU-psz,</u>) szynka wieprzowa gotowana 70 g pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) roszponka 10 g Kolacja II (2,3,4) 1 Por jogur owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Wartość netto [zł] 15,67 Wartość brutto [zł] 16,47 Energia kcal [kcal] 2 243,1 Białko ogółem [g] 116,1 Tłuszcz [g] 53,2 Węglowodany ogółem [g] 341,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,8 Sacharoza [g] 74,1 Sód [mg] 2 246,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u>) pasta z jaj ze szczyp.(1) 1 Por (<u>JAJ, MLE,</u>) rukola. 5 g pomidorki koktajlowe 50 g Śniadanie II (6) 1 Por (<u>GLU-psz,</u>) szynka wieprzowa gotowana 50 g rzodkiewka 50 g jabłka. 180 g	zupa kapuśniak z kisz.kap.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, SEL,</u>) ryba pieczona z sosem greckim(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, RYB, SEL, GOR, może zawierać: GLU-psz,</u>) może zawierać: GLU-psz, ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał ziel.rzod.szczyp.(1,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) sałatka z kaszy i brokuła (1,6) 1 Por (<u>JAJ, GOR, GLU-jęc, może zawierać: GLU-psz,</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) roszponka 5 g papryka 50 g rzodkiewka 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por jogurt 150 g (<u>MLE,</u>)	Wartość netto [zł] 18,42 Wartość brutto [zł] 19,36 Energia kcal [kcal] 1 914,8 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 232,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,5 Sacharoza [g] 18,2 Sód [mg] 2 678 Błonnik pokarmowy [g] 31,7

2026.03.07 sobota	(1)Dieta podstawowa	kakao pieczywo, masło (1)śniad. 1 Por (GLU-psz, MLE, GLU-żył.) szynka wieprzowa gotowana 50 g Ser fromage z czosnkiem (1,6) 1 Por (MLE,) rukola. 5 g rzodkiewka 50 g pomidorki koktajlowe 50 g Śniadanie II 1 Por jabłka. 180 g	zupa ryżowa(1) 1 Por (MLE, SEL,) udka drob.piecz.(1) 1 Por ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał z kapusty b. z papryką i kuk.(1,6,010) 1 Por (JAJ, MLE, GOR,) marchew got z selerem(2) 1 Por (GLU, SEL,) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną, pieczywo, masło- kolacja(1) 1 Por (GLU-psz, GLU-żył.) schab pieczony-kolacja (1) 1 Por jaja 1 szt (JAJ,) roszponka 5 g pomidorki koktajlowe 50 g papryka 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por kefir 200 g (MLE,)	Wartość netto [zł] 17,74 Wartość brutto [zł] 18,69 Energia kcal [kcal] 2 042,2 Białko ogółem [g] 128,2 Tłuszcz [g] 73,6 Węglowodany ogółem [g] 244 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,3 Sacharoza [g] 38,4 Sód [mg] 2 364 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	(2)Dieta łatwastrawna	herbata z cytr.piecz. masło(2,3,4) śniadanie 1 Por (GLU-psz,) szynka wieprzowa gotowana 50 g Ser fromage z czosnkiem (1,6) 1 Por (MLE,) roszponka 10 g Śniadanie II 1 Por jabłka pieczone.(1,2) 1 Por	zupa ryżowa(2,6) 1 Por (MLE, SEL,) udka dr.got w jarz.(2,6) 1 Por (SEL,) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por marchew got z selerem(2) 1 Por (GLU, SEL,) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną, pieczywo, masło- kolacja (2) 1 Por (GLU-psz,) Schab pieczony - kolacja (2,3,4,6,) 1 Por pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (MLE,) sałata ziel. 30 g Kolacja II (2,3,4) 1 Por kefir 200 g (MLE,)	Wartość netto [zł] 14,83 Wartość brutto [zł] 15,58 Energia kcal [kcal] 1 922,5 Białko ogółem [g] 126,8 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 228,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,1 Sacharoza [g] 39,6 Sód [mg] 2 077,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,4
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml., pieczywo, masło (6) 1 Por (GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.) szynka wieprzowa gotowana 50 g rukola. 5 g rzodkiewka 50 g Śniadanie II (6) 1 Por (GLU-psz,) Ser fromage z czosnkiem (1,6) 1 Por (MLE,) pomidorki koktajlowe 50 g jabłka. 180 g	zupa ryżowa(1) 1 Por (MLE, SEL,) udka drob.piecz.(1) 1 Por ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał z kapusty b. z papryką i kuk.(1,6,010) 1 Por (JAJ, MLE, GOR,) sał.z march i selera.(11) 1 Por (MLE, SEL,) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną, pieczywo, masło- kolacja(6) 1 Por (GLU-psz, GLU-żył.) schab pieczony-kolacja (1) 1 Por jaja 1 szt (JAJ,) roszponka 5 g pomidorki koktajlowe 50 g papryka 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por kefir 200 g (MLE,)	Wartość netto [zł] 17,72 Wartość brutto [zł] 18,63 Energia kcal [kcal] 1 900,8 Białko ogółem [g] 127,4 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 210,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,5 Sacharoza [g] 13,3 Sód [mg] 2 441,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
2026.03.08 niedziela	(1)Dieta podstawowa	herbata z cytr.piecz.masło.(1)śniadanie 1 Por (GLU-psz, GLU-żył.) indyk gotowany 50 g ser topiony 50 g (MLE,) sałata ziel. 10 g pomidorki koktajlowe 50 g papryka 50 g Śniadanie II 1 Por jabłka. 180 g	zupa krupnik(1) 1 Por (SEL, GLU-jęc.) zrazy woł po myśliwsku.(1) 1 Por (GLU-psz, MLE, GOR, może zawierać: GLU-psz, może zawierać: GLU-psz, ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał.z kap kisz.march.z olej(1) 1 Por sałata ziel (1,2,6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną, pieczywo, masło- kolacja(1) 1 Por (GLU-psz, GLU-żył.) pieczeń z drobiu -kolacja (1,2,6) 1 Por (GLU-psz, JAJ,) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (MLE,) sałata ziel. 10 g papryka 50 g rzodkiewka 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por jogurt 150 g (MLE,)	Wartość netto [zł] 20,06 Wartość brutto [zł] 21,09 Energia kcal [kcal] 1 863,8 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 238,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,7 Sacharoza [g] 37,5 Sód [mg] 2 874,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,7
	(2)Dieta łatwastrawna	herbata z cytr.piecz. masło(2,3,4) śniadanie 1 Por (GLU-psz,) indyk gotowany 50 g pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (MLE,) sałata ziel. 30 g Śniadanie II 1 Por	zupa krupnik(2,6) 1 Por (MLE, SEL, GLU-jęc.) potrawka z woł- jarz.gotowana(2,6) 1 Por (GLU, MLE, SEL,) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sałata ziel (1,2,6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną, pieczywo, masło- kolacja (2) 1 Por (GLU-psz,) pieczeń z drobiu -kolacja (1,2,6) 1 Por (GLU-psz, JAJ,) sałata ziel. 30 g dżem 50 g Kolacja II (2,3,4) 1 Por jogurt 150 g (MLE,)	Wartość netto [zł] 15,64 Wartość brutto [zł] 16,45 Energia kcal [kcal] 1 707,9 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 50,4 Węglowodany ogółem [g] 233,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18 Sacharoza [g] 46,6 Sód [mg] 2 005,3 Błonnik pokarmowy [g] 12,6

2026.03.08 niedziela	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	herbata z cytr.,pieczywo,masło (6) śniadanie 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) indyk gotowany 50 g sałata ziel. 10 g pomidorki koktajlowe 50 g Śniadanie II (6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) papryka 50 g jabłka. 180 g	zupa krupnik(1) 1 Por (<u>SEL, GLU-jęc.</u>) zrazy woł po myśliwsku.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GOR, może zawierać: GLU-psz,</u> może zawierać: GLU-psz, ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sał.z kap kisz.march.z olej(1) 1 Por sałata ziel (1,2,6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) pieczeń z drobiu -kolacja (1,2,6) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ,</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) sałata ziel. 10 g papryka 50 g rzodkiewka 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por jogurt 150 g (<u>MLE,</u>)	Wartość netto [zł] 19,92 Wartość brutto [zł] 20,94 Energia kcal [kcal] 1 778,9 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 211,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,7 Sacharoza [g] 14,7 Sód [mg] 2 944,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	(1)Dieta podstawowa	mleczna z lanym ciastem(1,2) 1 Por (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u>) Ser fromage z papryka św. (1,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) roszponka 5 g rzodkiewka 50 g pomidorki koktajlowe 50 g Śniadanie II 1 Por Kiwi 120 g	zupa jarzynowa.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL,</u>) gulasz z szynki wieprz.duszony (1). 1 Por (<u>GLU-psz,</u>) makaron gotowany (1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ,</u>) buraczki z cebulą.(1) 1 Por szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) Sałatka z tuńczykiem i z ryżem (1,6) 1 Por (<u>JAJ, RYB, MLE, GOR,</u>) jaja 1 szt (<u>JAJ,</u>) rukola. 5 g papryka 50 g pomidorki koktajlowe 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por jogur owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Wartość netto [zł] 19,54 Wartość brutto [zł] 20,56 Energia kcal [kcal] 2 314,5 Białko ogółem [g] 116,2 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 321,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3 Sacharoza [g] 39,5 Sód [mg] 2 305,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
2026.03.09 poniedziałek	(2)Dieta łatwastrawna	mleczna z lanym ciastem(1,2) 1 Por (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) kawa z mlek.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u>) Ser fromage z koperkiem (1,2,6) 1 g (<u>MLE,</u>) roszponka 10 g Śniadanie II 1 Por banan 200 g	zupa jarzynowa(2,6) 1 Por (<u>GLU, SEL,</u>) pulpety gotowane z indyka (2,6) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, SEL,</u>) sos pomidor (2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło- kolacja (2) 1 Por (<u>GLU-psz,</u>) Szynka pieczona do kolacji (2,3,4) 1 Por pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) roszponka 10 g Kolacja II (2,3,4) 1 Por jogur owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Wartość netto [zł] 16,46 Wartość brutto [zł] 17,31 Energia kcal [kcal] 2 290,1 Białko ogółem [g] 131,1 Tłuszcz [g] 65,2 Węglowodany ogółem [g] 309,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,8 Sacharoza [g] 53,1 Sód [mg] 1 994,6 Błonnik pokarmowy [g] 20
2026.03.09 poniedziałek	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żył.</u>) Ser fromage z papryka św. (1,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) roszponka 5 g rzodkiewka 50 g Śniadanie II (6) 1 Por (<u>GLU-psz.</u>) kurczak gotowany 50 g pomidorki koktajlowe 50 g Kiwi 120 g	zupa jarzynowa.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL,</u>) pulpety gotowane z indyka (2,6) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, SEL,</u>) sos pomidor (2,6) 1 Por (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por szpinak got.(2,6) 1 Por (<u>MLE,</u>) buraczki z cebulą.(1) 1 Por herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żył.</u>) Sałatka z tuńczykiem i z ryżem (1,6) 1 Por (<u>JAJ, RYB, MLE, GOR,</u>) jaja 1 szt (<u>JAJ,</u>) rukola. 5 g papryka 50 g pomidorki koktajlowe 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por jogur owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Wartość netto [zł] 20,41 Wartość brutto [zł] 21,46 Energia kcal [kcal] 1 863,2 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 254,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,1 Sacharoza [g] 16,7 Sód [mg] 2 480,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,7

2026.03.10 wtorek	(1)Dieta podstawowa	mleczna z pł owsy.(1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE, _</u>) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt, _</u>) ser żółty 50 g (<u>MLE, _</u>) sałata ziel. 5 g pomidorki koktajlowe 50 g papryka 50 g Śniadanie II 1 Por placek drożdż z krusz.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, MLE, _</u>)	zupa wiejska(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, SEL, _</u>) pierś z indyka duszona w jarzynach (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL, _</u>) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por sałatka-mizeria(1) 1 Por (<u>MLE, _</u>) buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz, _</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(1) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żyt, _</u>) Pasta z soczewicy (1,6) 1 Por pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE, _</u>) sałata ziel. 10 g papryka 50 g rzodkiewka 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por kefir 200 g (<u>MLE, _</u>)	Wartość netto [zł] 19,03 Wartość brutto [zł] 20,01 Energia kcal [kcal] 2 740,5 Białko ogółem [g] 123,9 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 402,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,6 Sacharoza [g] 51,5 Sód [mg] 2 250,2 Błonnik pokarmowy [g] 42
	(2)Dieta łatwastrawna	mleczna z pł owsy.(1,2) 1 Por (<u>GLU, MLE, _</u>) kawa z mlek.piecz.masło (2). 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt, _</u>) szynka wieprzowa gotowana 50 g sałata ziel. 30 g Śniadanie II 1 Por placek drożdż z krusz.(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, MLE, _</u>)	zupa pejzanka(2,6) 1 Por (<u>GLU-psz, SEL, _</u>) pierś z indyka got.w jarzynach (2) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL, _</u>) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz, _</u>) herbata owocowa do obiadu (1,2,3,4) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło- kolacja (2) 1 Por (<u>GLU-psz, _</u>) pasta z woł.(1,2,6) 1 Por (<u>SEL, _</u>) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE, _</u>) Kolacja II (2,3,4) 1 Por kefir 200 g (<u>MLE, _</u>)	Wartość netto [zł] 18,29 Wartość brutto [zł] 19,24 Energia kcal [kcal] 2 560,9 Białko ogółem [g] 120,7 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 358,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,1 Sacharoza [g] 51,4 Sód [mg] 2 136,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	(6)Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, GLU-jęc, GLU-żyt, _</u>) ser żółty 50 g (<u>MLE, _</u>) sałata ziel. 5 g pomidorki koktajlowe 50 g Śniadanie II (6) 1 Por (<u>GLU-psz, _</u>) szynka wieprzowa gotowana 50 g papryka 50 g jabłka. 180 g	zupa wiejska(1) 1 Por (<u>GLU-psz, JAJ, SEL, _</u>) pierś z indyka duszona w jarzynach (1,6) 1 Por (<u>GLU-psz, MLE, SEL, _</u>) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por sałatka-mizeria(1) 1 Por (<u>MLE, _</u>) buraczki got.(2,3,4,6) 1 Por (<u>GLU-psz, _</u>) herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	Herbata z cytryną,pieczywo,masło-kolacja(6) 1 Por (<u>GLU-psz, GLU-żyt, _</u>) Pasta z soczewicy (1,6) 1 Por pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por (<u>MLE, _</u>) sałata ziel. 10 g papryka 50 g rzodkiewka 50 g Kolacja II (1,2,6) 1 Por kefir 200 g (<u>MLE, _</u>)	Wartość netto [zł] 18,11 Wartość brutto [zł] 19,03 Energia kcal [kcal] 1 897,4 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 57,5 Węglowodany ogółem [g] 277,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,9 Sacharoza [g] 17,5 Sód [mg] 2 335,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,7